

Johanna Luts

**KOERA KAASAVA SEKKUMISE
TEADLIKKUSE TÕSTMINE SOTSIAALTÖÖS
LÄÄNE-VIRUMAA NÄITEL**

LÕPUTÖÖ

Teenusmajanduse instituut
Sotsiaaltöö
Juhendaja: Merli Tammi-Jõeveer

Mõdriku 2025

Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja lõputöö üldsusele kättesaadavaks tegemiseks

Mina, Johanna Luts

annan Tallinna Tehnikakõrgkoolile (edaspidi kõrgkool) tasuta loa (lihtlitsentsi) enda loodud teose

„Koera kaasava sekkumise teadlikkuse tõstmine sotsiaaltöös Lääne-Virumaa näitel“

- 1) reprodutseerimiseks eesmärgiga seda säilitada ja teha üldsusele kättesaadavaks Tallinna Tehnikakõrgkooli digiarhiivi DSpace kaudu;
- 2) reprodutseerimiseks pärast piirangu lõppu juhul, kui instituudi direktori korraldusega on kehtestatud lõputöö avaldamisele tähtajaline piirang.

Olen teadlik, et nimetatud õigused jäävad alles ka autorile ja kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei rikuta teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse seadusest tulenevaid ega muid õigusi.

Autorideklaratsioon

Mina, Johanna Luts

tõendan, et lõputöö on minu kirjutatud. Töö koostamisel kasutatud teiste autorite, sh juhendaja ja iseenda varasematele teostele on viidatud õiguspäraselt.

Kõik isiklikud ja varalised autoriõigused käesoleva lõputöö osas kuuluvad autoritele ainuisikuliselt ning need on kaitstud autoriõiguse seadusega.

(allkirjastatud digitaalselt)

Juhendaja Merli Tammi-Jõeveer

Töö vastab lõputööle esitatavatele nõuetele.

(allkirjastatud digitaalselt)

Lõputöö on kaitsmisele lubatud instituudi direktori korraldusega.

SISUKORD

SISSEJUHATUS	4
1. TEOREETILINE LÄHTEKOHT	6
1.1. Kiindumusteooria	6
1.1.1. Turvaline kiindumussuhe	6
1.1.2. Vältiv kiindumussuhe	6
1.1.3. Ärev kiindumussuhe.....	7
1.1.4. Desorganiseeritud kiindumussuhe.....	7
1.1.5. Kiindumusteooria perspektiiv looma kaasavast teraapiast.....	7
2. KOERTE KAASAMISE AJALUGU JA ARENG	9
3. LOOMA KAASAV SEKKUMINE	11
3.1. Looma kaasav teraapia	12
3.2. Looma kaasav õpe (ehk looma kaasav pedagoogika)	13
3.3. Looma kaasav tegevus (ehk looma kaasav külastus)	13
3.4. Looma kaasav nõustamine/coaching	14
4. NÕUDED TERAAPIAKOERALE JA KOERAJUHILE	15
5. KOERATERAAPIA MÕJU INIMESELE	18
6. EESTI NÄITED LOOMA KAASAVATEST SEKKUMISTEST	19
6.1.1. Näide looma kaasavast teraapiast.....	19
6.1.2. Näited looma kaasavast õppest	19
6.1.3. Näide looma kaasavast külastusest	20
7. LÕPUTÖÖ METOODIKA	21
7.1. Probleemipüstitus, eesmärk ja ülesanded	21
7.2. Andmekogumismeetod ja analüüs	21
7.3. Lõputöö valim ja konfidentsiaalsus	22
8. UURIMISTULEMUSTE ANALÜÜS	23
8.1. Uuringu ülevaade ja vastajate taustandmed	23
8.2. Teadlikus koera kaasavast sekkumisest	26
8.3. Kogemused ja hoiakud	32
KOKKUVÕTE	38
SUMMARY.....	40
VIIDATUD ALLIKAD.....	42
LISA	45

SISSEJUHATUS

Eesti on jõudnud inimarengus tasemele, kus igapäevane ellujäämine pole enam keskne küsimus. Selle asemel väärtustatakse üha enam elukvaliteeti ning püütakse säilitada ja edendada vaimset heaolu. (Oidermaa, 2023) Siiski kogevad paljud inimesed tänapäeva ühiskonnas stressi, ärevust ja üksildust. Ühe võimaliku toetusvahendina nende probleemide leevendamisel on osutunud tõhusaks koerte kaasamine – nii vahetus suhtluses kui ka teraapilistes sekkumistes. Selle tulemusena on koerte roll sotsiaaltöös viimastel aastatel märgatavalt kasvanud. Koeri kaasatakse sotsiaaltöösse üldjuhul kolmel viisil: koera kaasavad tegevused, koera kaasav õpe ja koera kaasav teraapia. (Jegatheesan & Keiko, 2014) Oluline on siinkohal ära märkida juht- ja abikoerad, kes oma igapäevatoos aitavad paljusid inimesi.

Lõputöö koosneb kahest osast. Esimeses osas esitatakse teoreetiline ülevaade koerte kaasamisest sotsiaaltöösse ning selle rakendusvõimalustest, keskendudes samuti Eesti kontekstile. Töö teises osas käsitletakse autori poolt läbi viidud empiirilist uurimust, mille eesmärgiks on kogutud andmete analüüsi kaudu selgitada välja koerte kaasamise mõju ja praktilised aspektid sotsiaaltöös. Uurimuse põhjal analüüsitakse küsitluse tulemusi ning tuuakse esile olulised järeldused.

Looma kaasamine teraapiasse või inimesi toetavatesse tegevustesse ei kujuta endast iseseisvat eriala. Tegemist on metoodilise lähenemisega, mida saab oma töös rakendada vastava haridusega spetsialist, kellel on ettevalmistus hariduse, tervishoiu või sotsiaaltöö valdkonnas. Looma kaasamise eesmärgid sõltuvad nii spetsialisti erialasest taustast kui ka kliendi individuaalsetest vajadustest. Sotsiaaltöös võib looma kaasamine toetada erinevaid sihte, sh võib erineda spetsialisti väljaõppest ja olenevalt kliendi vajadusest, kas sotsiaalsete, füüsiliste, emotsionaalsete ja kognitiivsete funktsioonide arendamist ja parandamist. (Loomateraapiakeskus, 2024)

Lõputöö eesmärgiks on uurida koera kaasava sekkumise olemust ning hinnata Lääne-Virumaa sotsiaalvaldkonna töötajate teadlikkust, huvi ja valmisolekut selle metoodika rakendamiseks sotsiaaltöös.

Töös püstitatud eesmärgist lähtuvalt on määratletud järgmised ülesanded:

- selgitada koera kaasava sekkumist läbi kiindumusteooria,
- anda ülevaade koera kaasavast sekkumisest ja selle tähendusest,
- kirjeldada teraapiakoerale ja koerajuhile kehtivad nõudeid,
- analüüsida sotsiaaltöötajate teadlikkust koera kaasavast sekkumisest,
- kirjeldada erinevaid võimalusi koera kaasamiseks sotsiaaltöös.

Uurimisülesannete täitmiseks tutvuti koerateraapia ja koerajuhi tegevust puudutava teoreetilise kirjandusega ning uuriti erinevaid organisatsioone, mis pakuvad loomateraapia ja/või koolitusteenuseid. Lisaks kasutati kirjandusallikaid, mis käsitlevad koerateraapiat ja koera kaasavat sekkumist sotsiaaltöös. Töö teoreetilise ülevaate on struktureeritud neljaks suuremaks alapeatükiks. Esimene alapeatükk käsitleb teoreetilist lähtekohta, mille keskmes on kiindumusteooria ja selle seos koera kaasava sekkumise rakendamisega sotsiaaltöö valdkonnas. Samuti antakse lühiülevaade inimeste ja koerte koostöösuhete arengust ajaloolises kontekstis. Teine alapeatükk tutvustab koera kaasavat sekkumist kui meetodikat ning selle erinevaid vorme. Koera kaasavad sekkumised jagunevad neljaks alamharuks: koera kaasav teraapia, õpe, tegevus ja nõustamine. Kolmas alapeatükk keskendub teraapiakoerale ja koerajuhile Eestis kehtivatele nõuetele ning nende regulatsioonide lähtekohtadele. Neljandas alapeatükis käsitletakse koerateraapia mõju inimese heaolule. Viiendas ehk viimases alapeatükis esitatakse praktilised näited koera kaasava sekkumise rakendamisest Eestis. Nende näidete põhjal koostati küsimustik, mille alusel viidi läbi empiiriline uurimus Lääne-Virumaal tegutsevate sotsiaaltöö valdkonna spetsialistidega. Küsimustiku tulemusi analüüsiti kvantitatiivse uurimismeetodi abil ning ning tulemused seoti töö teoreetilise raamistikuga, mille põhjal koostati arutelu ja järeldused. Uurimuse tegemiseks kasutati kvantitatiivset uurimismeetodit.

Lõputöö teoreetiliseks aluseks on kiindumusteooria, mille kohaselt on inimestel kaasasündinud vajadus luua emotsionaalseid sidemeid oma hooldajatega. Varases lapsepõlves kujunenud sidemed moodustavad aluse, millele tuginevad hilisemad inimsuhted ning mis mõjutavad inimese kiindumuskäitumist kogu elu jooksul. (Cherry, 2025)

1. TEOREETILINE LÄHTEKOHT

Käesolevas peatükis tutvustatakse lõputöö teoreetilist alust. Töö keskseks teooriaks on kiindumusteooria. Autor selgitab kiindumusteooria põhisisu ning analüüsib, kuidas see teooria seostub koera kaasava sekkumisega sotsiaaltöös, luues teoreetilise raamistiku kogu töö fookusele. Lisaks tutvustatakse ühte varasemat käsitlust, milles kiindumusteooriat on seostatud loomade kaasava sekkumisega, pakkudes lähtekoha ka käesolevale lõputööle.

1.1. Kiindumusteooria

Kiindumusteooria järgi sünnivad inimesed vajadusega luua sidemeid nende hooldajatega. Need algusaegade sidemed loovad vundamendi tuleviku suheteks ja jätkavad mõjutamist inimeste kiindumuste vahel läbi elu. (Cherry, 2025)

John Bowlby oli psühholoog, kes pani kiindumusteooriale aluse ning tutvustas selle ideed. Tema teooria kohaselt mängivad varajased suhtesidemed määravat rolli inimese funktsioneerimisel. Tema teadustööd põhinesid laste arengul ja omasid olulist rolli mõistmaks inimeste arengut. Kiindumusteooriat kasutatakse endiselt nii psühholoogias, hariduses kui laste kasvatuses. Bowlby defineeris kiindumust kui püsivat psühholoogilist sidet inimeste vahel. Tema kiindumusteooria väidab, et imikul on sisemine vajadus luua kiindumuslik side oma hoolitsejaga. Tema sõnul on see side arenenud välja lapse ellujäämise võimaluste tõstmiseks. (Cherry, 2023)

Kiindumusteooria jaguneb omakorda neljaks: turvaline-, ärev-, vältiv- ja desorganiseeritud kiindumussuhe, mis tulenevad lapsepõlve kogemustest. Ärevat, vältivat ja desorganiseeritud kiindumust peetakse ebakindlaks kiindumussuhteks. Oluline on teada, et igaüks saab oma kiindumussuhet muuta ning luua tervislikud ja usalduslikud suhted oma tuleviku suhetes. (Mandriota, 2021)

1.1.1. Turvaline kiindumussuhe

Turvaline kiindumussuhe on võimekus luua tervislikke, pikaajalisi suhteid. Turvaline kiindumussuhe on tulem lapsepõlvest, kui peamised hoolitsejad jagasid turvatunnet võimalusega saada kinnitust ja tunnustust ilma karistusega. Seetõttu tundsid lapsed ennast suhetes turvaliselt, mõistetult, vajadusel lohutatult ja tunnustatult. Sellised inimesed kasvavad ülesse tundes turvaliselt (nii emotsionaalselt kui ka füüsiliselt) ja tänu sellele suudavad nad suhestuda tervislikult teistega maailmas. Nad on üldiselt positiivsed, usaldavad ja omakorda armastavad nad oma vanemaid. (Mandriota, 2021)

1.1.2. Vältiv kiindumussuhe

Vältiva kiindumussuhte aluseks on ranged või emotsionaalselt distantseerunud hooldajad. Samuti võib selle põhjuseks olla vanema puudumine. Sellistel juhtudel oodatakse lastelt sageli

rohkemat, kui nad on suutelised andma. Sellisel juhul eeldab hooldaja, et laps hoolitseb enda eest ise. Temalt oodatakse üle võimete käivat iseseisvust, teda noomitakse hooldaja peale lootmise pärast ning tõrjutakse eemale, kui ta väljendab oma emotsioone või vajadusi. Samuti võib hooldaja olla olnud aeglane lapse põhivajaduste rahuldamisel.

Sellise kasvatuse tulemusena võivad need inimesed tulevikus hoiduda nii emotsionaalsest kui ka füüsilisest lähedusest. Nad võivad tunda tugevat iseseisvust, kuid samas ebamugavust tunnete avaldamisel. Sageli on nad teiste suhtes tõrjuvad ning neil on raskusi inimeste usaldamisega. Nad võivad tunda end ähvardatuna, kui keegi püüab nendega lähedaseks saada, ning eelistada rohkem aega veeta iseenda seltsis, uskudes, et nad ei vaja teisi oma ellu. (Mandriota, 2021)

1.1.3. Ärev kiindumussuhe

Äreva kiindumussuhte kujundab enamasti ebakorrapärane kasvatamine, mis ei ole lapse vajadustest lähtuv. Sellisel juhul on lastel keeruline aru saada hoolitsejast ja sellistel lastel puudub turvatunne, mis mõjutab suuresti lapse tulevikku. Neil on tihti segane vanemlikussuhe ja tunnevad suurt ebakindlust. Selle tulemusena kasvavad need lapsed tihti üles arusaamisega, et nad peavad hoolitsema teiste tunnete eest ja muutuvad tihti kaassõltuvaks. Sarnaselt vältiva kiindumussuhtega, tunnevad nad hirmu hüljatuse või kaotuse ees, mis võib viia ärevate kiindumussuhtega inimesi suhte rahulolu ja vaimse heaolu vähenemiseni. Stressitegurid või sündmused, mis vähendavad stabiilsustunnet või ohustavad suhte kvaliteeti, on tõenäoliselt seotud äreva kiindumussuhte ilmingutega. (Mandriota, 2021)

1.1.4. Desorganiseeritud kiindumussuhe

Desorganiseeritud kiindumussuhet on defineeritud kui inimene kogeb ekstreemselt ebakorrapärast käitumist ja tal on keerukusi teiste usaldamisega. Kõige levinumaks põhjuseks on välja toodud lapsepõlve trauma, väärkohtlemine või ärakasutamine. Hirm oma vanemate ees on säilinud. Selle kiindumussuhtega lapsed võivad tunduda segaduses. Seda tüüpi kiindumussuhe on seostatud täiskasvanueas avalduvate häiretega nagu enesevigastamine, meelelohäired, isiksushäired ja ainete kuritarvitamine. Sellise kiindumussuhtega inimestel on kalduvus ettearvamutele ja segastele käitumistele suhetes. Nad võivad vaheldumisi olla eemalolevad ja iseseisvad, aga samas klammerduvad ja emotsionaalsed. (Mandriota, 2021)

1.1.5. Kiindumusteooria perspektiiv looma kaasavast teraapiast.

Zilcha-Mano (2009) leidis, et inimesed, kes ei leia kiindumuse kindlust oma inimestevahelistes suhetes, loovad vahel vastandlikult täiendavaid kiindumussuhted oma lemmikloomaga, kompenseerides sellega oma rahuldamata jäänud kiindumusvajadused. Inimesed, kes olid oma inimestevahelistes suhetes vältivad, kuid kasutasid oma lemmikloomaga hüperaktiveerivaid strateegiaid on kogenud suuremat vaimset heaolu kui vältivad isikud, kes kasutasid vähem hüperaktiveerivaid strateegiaid suhtes lemmikloomaga. Lisaks, inimesed, kes olid ärevate

kiindumussuhetega oma inimestevahelistes suhetes ja kasutasid rohkem deaktiveerivaid strateegiaid oma suhtes lemmikloomaga, on kogenud suuremat heaolu kui ärevate isikutega, kes usaldasid vähem deaktiveerivaid strateegiaid lemmikloomaga.

Kuigi empiirilised uuringud näitavad, et inimesed võivad luua kiindumussuhteid oma lemmikloomadega, on siiski küsitav, kas teraapiaruumis viibiv loom suudaks täita kiindumusfiguuri rolli täielikult. Tegelikult erineb suhe teraapialoomaga suhtest lemmikloomaga peamiselt selle poolest, et see on ajaliselt piiratud ning toimub ainult teraapiaseansside ajal. Seetõttu võib mõnel kliendil olla keeruline luua teraapialoomaga täielikult väljakujunenud kiindumussuhet, samamoodi nagu neil võib olla raskusi terapeutiga sügava suhte loomisel. Samas ei väideta, et suhe teraapialoomaga vastaks kõikidele täieliku kiindumussuhte kriteeriumidele või et teraapialoom muutuks kliendi peamiseks kiindumusfiguuriks. Pigem väidetakse, et teraapialoom võib potentsiaalselt saada üheks figuuriks kliendi kiindumussuhete hierarhias pakkudes teraapiaseansside ajal teatavat turvatunnet ja emotsionaalset tuge. (Zilch-Mano, Mikulincer, & Shaver, 2011)

2. KOERTE KAASAMISE AJALUGU JA ARENG

Ajaloo jooksul on koerad näidanud oma kiindumust, seltsilisust ja kaitseinstinkti kõikidele inimestele võrdselt pühendunud olenemata taustast ja kultuurilistest erinevustest. (Lewis & Grigg, 2023)

Ajaloolased toetuvad allikatele ja oma kujutlusvõimele, et taasluua ja tõlgendada minevikku. Esimesed viited inimese ja koera suhtele pärinevad iidsetest koobastest ja teistelt arheoloogilistelt leiukohtadelt. Üks varasemaid tõendeid on teismelise jalajäljed ja hundikoera käpajäljed, mis on säilinud Chauvet' koopa (Kagu-Prantsusmaa) pehmes savipõrandas ning pärinevad umbes 30 000 aasta tagusest ajast. Jalajäljed asetsevad kõrvuti, mis viitab sellele, et poiss ja koer olid pigem kaaslased kui vastased. Veelgi enam, Saudi Araabia loodeosast avastatud 8 000 aasta vanused kivirajatised, mis kujutavad rihma otsas olevaid koeri, kinnitavad inimese ja koera suhte kestvat ning üleilmset olemust. Zooarheoloogid olid sellest leiust sedavõrd vaimustunud, et võrdlesid seda kogemust kui „kõige lähedasemat sellele, mida võib pidada YouTube'i videoks“. (Grimm, 2017)

Inimesed on koeri juba ammu hinnanud kui kaaslasi. Üks liigutav näide on iidne Rooma hauakivi, millel on reljeef väiksest tüdrukust, kes istub taburetil ja loeb avatud kirjarulli, hoides seda mõlema käega. Tema taga seisab pikasabaline ja kaelarihmaga koer, pea üles tõstetud ja parem esikäpp üleval, puudutades järil olevat patja, lootuses tüdruku tähelepanu pälvida. Tõlgitud tekstist selgub, et Avita suri 10 aastaselt ja 2 kuu vanuselt (Toynbee, 1973). See võib olla varasem teadaolev näide koertega lugemisest – kui mitte koertele lugemisest, siis vähemalt nende seltsis lugemisest. (Lewis & Grigg, 2023)

„Humane Animals: Moral Treatment and the Non-Human at York Retreat“ artikkel toob uut valgust inimese ja looma binaarsusele 18. ja 19. sajandi alguse psühhiaatrias, käsitledes mitte-inimloomade, sealhulgas koerte, terapeutilist kasutamist Yorki Retreat'i varastel aastatel (1796–1813). Just selles Inglismaa varjupaigas sai alguse teraapiakoerte ametlik kasutamine, pakkudes vaimse tervisehäiretega patsientidele võimaluse suhelda loomadega osana raviprotsessist. (McConkey, 2022)

Punane Rist kasutas Esimese maailmasõja ajal spetsiaalselt väljaõpetatud koeri haavatud sõdurite abistamiseks lahinguväljadel. (First Aiders on, 2021) Teraapiakoerte ametlik kasutamine jätkus ka pärast Teist maailmasõda, kui Ameerika Punane Rist rakendas neid taastusravi toetamiseks Army Air Force'i taastusravikeskuses Pawlingis, New Yorgis. Paljud koerad võeti isegi lemmikloomadeks taastuvatele sõduritele, et pakkuda emotsionaalset tuge ja kiirendada paranemisprotsessi. Ka tänapäeval kasutab Ameerika Punane Rist teraapiakoeri, kes koos oma omanikega osalevad vabatahtlikus töös varjupaikades, hooldekodudes ja haiglates nii Ameerika Ühendriikides kui ka rahvusvaheliselt. Need koerad mitte üksnes ei paku

psühhosotsiaalsel tuge ja emotsionaalsel lohutust kriisilukordades, vaid mängivad olulist rolli ka haiguses või vigastusest taastuvate inimeste heaolu parandamisel. (Browe, 2014)

Loomateraapiat mainiti esmakordselt ametlikult 1950. aastatel. Mõiste tõi kasutusele lastepsühholoog Boris Levinson, kes märkas juhuslikult loomade positiivset mõju oma patsientidele. Töötades kodukontoris avastas ta, et lapsed reageerisid positiivselt spontaansetele kokkupuudetele tema koera Jingle'iga. See tähelepanek julgustas Levinsoni kaasama oma koera sihipäraselt teraapiasessioonidesse. Ta jõudis järeldusele, et koera kohalolek aitas kaasa laste osalemisele ja avatusele psühhoteraapias.

Levinson kasutas Jingle'i kaasavat lähenemist järgnevatel aastatel oma teraapiapraktikas ning avaldas 1962. aastal artikli "The Dog as 'Co-therapist'", mis oli esimene teaduslik käsitlus koera kaasavast teraapiast. Artiklis rõhutas ta inimese ja koera vahelise suhte terapeutilist potentsiaali. Kuigi tema ideid võeti algselt vastu kriitiliselt, jätkas Levinson loomateraapia valdkonna uurimist ja arendamist. Tema panus loomade kaasamise teooria väljatöötamisse ja selle praktika juurutamisse on tänapäeval hinnatud kui üks loomateraapia alussammastest. (Levinson, 1962)

20. sajandi kahe viimase aastakümne jooksul on koeri kaasavate sekkumiste uurimine olnud piiratud. Alates 21. sajandi algusest on aga huvi loomadega kaasnevate sekkumiste, eriti koera kaasava sekkumise vastu, märgatavalt kasvanud. Uuringuid on viidud läbi eri vanuserühmades – laste, täiskasvanute ja eakate seas. Koera kaasavat sekkumist on rakendatud mitmesuguste psüühikahäirete korral, sealhulgas ärevushäired, meeleoluhäired, posttraumaatiline stressihäire, neuroarenguhäired, sõltuvushäired, söömishäired ning dementsus.

Kuigi loomi kaasavaid sekkumisi käsitletakse sageli kui uuenduslikku lähenemisviisi, ulatuvad selle juured sajanditetagusesse aega. Uurides tänapäevase koera kaasava sekkumise kasutegureid, on oluline meeles pidada, et inimeste ja koerte partnerlus põhineb pikaajalisel ühisel ajaloolisel ja traditsioonilisel suhtel, kus koerad on olnud inimese kaaslased ja toetajad.

3. LOOMA KAASAV SEKKUMINE

Looma kaasav sekkumine on üldmõiste, mida kasutatakse kirjeldamiseks inimestele kasulike suhete loomist ja sidet erinevate loomaliikidega. Tegemist on meeskonnatööga, kus loomajuht töötab koos teraapiakoeraga, selleks, et toetada ja aidata teisi inimesi. (Association, 2025) Kõige sagedamini kaasavates sekkumistes kasutatavad loomad on koer ja hobune. Seetõttu kasutab käesoleva töö autor mõisteid looma kaasav sekkumine ja koera kaasav sekkumine vaheldumisi, kuna koera kaasav sekkumine on üks looma kaasava sekkumise alaliik.

Teraapiakoera defineerimiseks on toodud välja erinevad kriteeriumid. Peamiseks teraapiakoerte juhiseks on loodud valge raamat, mis on koostatud Rahvusvahelise Inimese-Looma Interaktsioonidega Tegelevate Organisatsioonide Ühenduse poolt. Milles antakse ülevaade looma kaasava sekkumise definitsioonidest ja suunistest kaasatavate loomade heaolu tagamiseks.

Looma kaasavaks sekkumiseks nimetatakse sekkumist, mis on sihipärane ja struktureeritud. Sekkumine toimub teraapilisel eesmärgil, milles kaasatakse loomi teadlikult inimese heaolu parandamiseks haridus-, tervishoiu- ja sotsiaalvaldkonnas. Sekkumistes osalejad peavad olema teadlikud aspektidest, mis on seotud inimeste ja kaasatud loomadega. Loomi kaasavad sekkumised on ametliku sotsiaalvaldkonna osa ning neid viib läbi looma kaasava sekkumise tiim. Need jagunevad looma kaasavaks teraapiaks, nõustamiseks või coachinguks, õppeks ning teatud tingimustel ka looma kaasavaks külastuseks. Looma kaasava sekkumise rakendamine ja väljatöötamine peab toimuma valdkonnaüleselt. Selle jaoks, et tagada teenuse kvaliteet valdkonnaüleselt. (Jegatheesan & Keiko, 2014)

Eestis kasutatakse spetsiaalset väljaõpet saanud koeri inimeste heaolu ja tervise toetamiseks erinevates sekkumisprogrammides. Eesti Abi- ja Teraapiakoerte Ühingu (EATKÜ) juhatuse liikme ja vabatahtliku koerajuhi Maarja Tali sõnul jagunevad koeri kaasavad sekkumised kolmeks. Esimeseks kategooriaks on koera kaasav külastus, mille eesmärgiks on pakkuda positiivseid emotsioone, julgustust ja toetust, näiteks haiglate või hooldekodude külastustel. Teiseks on koera kaasamine õppetöösse, kus koera abil omandatakse uusi oskusi ja teadmisi, sageli pedagoogi või eripedagoogi juhendamisel. Sellistel juhtudel peaksid tulemused olema mõõdetavad. Kolmandaks on koera kaasav teraapia, mida viivad läbi füsioterapeudid, tegevusterapeudid või logopeedid, kasutades koera teraapiat eesmärkide saavutamiseks. Erinevalt külastusest ja õppeprogrammidest on teraapiaseanssidel kindlad eesmärgid, mille tulemusi hinnatakse ja mõõdetakse süstemaatiliselt. (Mölder, 2017)

Koeri kasutatakse Eestis oma töös nii teraapiaks, toetuseks kui ka teenistuses. See eest võib tihti tekkida segadus antud rollides. Autor annab üle vaate rollidest ning kuidas üks koer võib täita mitut rolli. Teraapialoom ei ole samasugune ega asenda emotsionaalset toetuslooma ega teenistuslooma. Teraapialoom ei oma sama tunnustust ega kaitset kui teenistusloom või

puuetega isikut abistav loom. Seega, kuigi teenistusloom, emotsionaalne toetusloom ja teraapialoom täidavad kolme erinevat ja eraldi rolli, võib loom täita rohkem kui ühte nendest rollidest. Näiteks teenusloom, mis on koolitatud ja määratud teenistusloomaks, võib kvalifitseeruda teraapialoomaks, kui ta vastab teraapialoomadele kehtestatud nõudmistele. Samuti lemmikloom, kes on õigesti määratud emotsionaalseks toetusloomaks võib täita teraapialooma rolli, kui ta vastab sellele määratud nõuetele. Loomade mitmekesised rollid võivad selgitada, miks esineb segadust nende kolme rolliga, mida loomad võivad täita. (Chandler, 2024)

Looma kaasavat sekkumine jaguneb neljaks valdkonnaks: looma kaasav teraapia, looma kaasav õpe, looma kaasav tegevus ja looma kaasav nõustamine. Järgnevas alapeatükides käsitletakse nende sekkumiste olemust põhjalikumalt.

3.1. Looma kaasav teraapia

Loomad, kes aitavad teraapiaprotsessis, on tuntud erinevate ja vahelduvate nimedega, sealhulgas teraapialoom ja lemmikloom. Hoolimata kirjeldavate nimede erinevusest täidab iga teraapiline loom sama põhieesmärgi: töötada koos professionaalse inimterapeudiga, et pakkuda kaastunnet ja stimuleerivat teraapiat, mis on mõeldud inimese kui kliendi soodustavaks taastumiseks. (Chandler, 2024) Loom toimib looma kaasavas teraapias tervendava vahendina inimese abistamisel. Sellisest teraapia vormist võib olla kasu erinevate häiretega inimestel, sealhulgas autismispektri häirete või sõltuvuste korral. (Raje, et al., 2018)

Loomateraapia jaguneb neljaks valdkonnaks, milles saab kasutada loomi inimese arengu toetamiseks. Need neli valdkonda on: inimese keelelise arengu, füüsilise arengu, psühhosotsiaalse arengu ja kognitiivsete oskuste arendamine. Loomateraapia seansil osaleb enamasti elusloom, kuid vastavalt vajadusele kasutatakse ka loomade pilte, videosid, lugusid ja raamatuid. Teraapiaprotsess on läbipõimitud erinevate teraapiameetoditega ning seda viib läbi terapeut koos loomaga. Teraapia ülesehitus sarnaneb teiste teraapialiikidega, kus kohtumise alguses luuakse kontakt nii terapeudi kui loomaga ning sellele järgnevad eesmärgipärased tegevused ja seansi lõpus tehakse analüüs või kokkuvõte. (Loomateraapiakeskus, 2024)

Looma kaasavat teraapiat viib läbi haridus-, tervishoiu- või sotsiaalvaldkonna professionaal. Sekkumise tulemusi mõõdetakse ja dokumenteeritakse. Looma kaasava teraapia läbiviimiseks ja/või korraldamiseks peab spetsialistil olema vastav haridus, kutsetunnistus või sellega samaväärne väljaõpe ning erialane töökogemus läbiviidaval teraapiasuunal. (Jegatheesan & Keiko, 2014)

Looma kaasava teraapia kõige levinum ja eelistatum rakendusmudeli puhul töötavad nõustajad koostöös omaenda lemmikloomaga. See lemmikloom peab olema hinnatud ka selliseks tööks sobivaks. Mudelit eelistatakse, kuna nõustaja tunneb oma lemmiklooma kõige paremini ja

suudab kõige paremini ennustada lemmiklooma emotsionaalseid ja käitumuslikke reaktsioone. Lisaks võib nõustaja ja lemmiklooma vahel näiv tugev ja tervislik side oluliselt panustada terapeutilisse protsessi. Kuivõrd kliendid näevad positiivseid interaktsioone lemmiklooma ja terapeudi vahel, saavad nad kinnitust, et terapeut on usaldusväärne. (Chandler, 2024)

3.2. Looma kaasav õpe (ehk looma kaasav pedagoogika)

Looma kaasav õpe ehk pedagoogika on planeeritud, eesmärgipärane ja struktureeritud sekkumine. Seda korraldab ja/või viib läbi õppega seotud professionaal. Looma kaasavat õpet saab korraldada vastava kraadiga õpetaja või eripedagoog. Näiteks pedagoog võib läbi viia looma kaasavat õpet kaasates teraapialooma, mille eesmärk on õpetada vastutustundlikku lemmiklooma pidamist. Looma kaasavat õpet peetakse teraapiliseks ja eesmärgipäraseks sekkumiseks, kui seda viib läbi eripedagoog. Nii pedagoogi kui ka eripedagoogi looma kaasava õppe eesmärgiks võib olla teadmiste täiendamine, motiveerimine ning kognitiivsete ja suhtlemisoskuste võimete parandamine. Õppija edusamme kõigepealt mõõdetakse ja seejärel dokumenteeritakse. Üheks eripedagoogi läbiviidavaks õppeks on näiteks lugemiskoerte programm. Looma kaasavat õpet läbiviivatel professionaalidel, sealhulgas õpetajatel või haridustöötaja juhendatud teraapialoomajuhil peavad olema vastavad teadmised kaasatavate loomade vajadustest, käitumisest, tervisest ning stressile viitavatest näitajatest ja stressi reguleerimisest. (Jegatheesan & Keiko, 2014)

Viimastel aastakümnetel on loomadega seotud sekkumiste kasutamine haridusasutustes pälvinud üha suuremat rahvusvahelist huvi nii pedagoogide kui teadlaskonna seas. (Lewis et al., 2022) Seoses looma kaasava õppe ehk pedagoogikaga on koolides töötavatele spetsialistidele erilist huvi pakkunud järgmised kolm valdkonda: 1) lugemine koos koertega, 2) laste toetamine sotsiaalse suhtluse ja kommunikatsiooni raskuste korral ning 3) koerte panus laste heaolusse. (Lewis & Grigg, 2023)

3.3. Looma kaasav tegevus (ehk looma kaasav külastus)

Looma kaasav tegevus ehk looma kaasav külastus on a) planeeritud ja eesmärgipärane; b) hariduslik, motiveeriv ja rekreatsiooniline; c) vaba teraapialoomatiimi ja kliendi suhtlus; d) külastus, mille viib läbi looma kaasava sekkumise tiim. Mitteametlikes külastustes osalemiseks peavad looma kaasava sekkumise tiimid omama vähemalt baasteadmisi, ettevalmistust ja olema läbinud nõuetekohase hindamise. Looma kaasava sekkumise tiimid, mis viivad läbi looma kaasavat tegevust, võivad moodustada tervise-, haridus- ja/või sotsiaalvaldkonna spetsialistiga ka vahetult ja ametlikult tiimi, et saavutada spetsiifilised dokumenteeritavad eesmärgid. Sellisel juhul osalevad nad looma kaasavas õppes või teraapias, mida juhivad ja vastutab vastava eriala spetsialist. Näiteks kaasatakse looma kaasavat tegevust kriisireageerimisprogrammides, milles looma kaasava sekkumise tiimide eesmärk on kriisi, trauma ja katastroofi üleelanutele toe ja

lohutuse pakkumine, või hooldekodude külastustesse, kus loomad pakuvad seltsi ja tuge. Looma kaasava külastuse ehk tegevuse läbiviijal peavad olema vastavad teadmised kaasatavate loomade vajadustest, käitumisest, tervisest ning stressile viitavatest näitajatest. (Jegatheesan & Keiko, 2014)

3.4. Looma kaasav nõustamine/coaching

Looma kaasav nõustamine ehk coaching on eesmärgipärane, planeeritud ja struktureeritud looma kaasav sekkumine, mida korraldab ja/või viib läbi vastava väljaõppe või kutsega nõustaja/coach. Sekkumise tulemusi kõigepealt mõõdetakse ja seejärel dokumenteeritakse. Looma kaasavat nõustamist planeerib ja/või viib läbi professionaal, kes peab omama ametialast formaalset väljaõpet kutsetunnistuse, kraadi või sellega samaväärset erialast kogemust. Looma kaasav nõustamine toetab kliendi isiklikku arengut, grupiprotsesside mõistmist ja tõhustamist ning sotsiaalsete ja emotsionaalsete oskuste arendamist. Nõustamist läbi viival professionaalil või nõustaja juhendatud teraapialoomajuhil peavad olema vastavad teadmised kaasatavate loomade vajadustest, käitumisest, tervisest ning stressile viitavatest näitajatest ning selle reguleerimisest. (Jegatheesan & Keiko, 2014)

4. NÕUDED TERAAPIAKOERALE JA KOERAJUHILE

Käesolev peatükk annab ülevaate nõuetest, mis kehtivad teraapiakoertele ja koerajuhtidele. Nende nõuete täitmine on eelduseks, koera saaks nimetada teraapiakoeraks ning inimest koerajuhiks. Need nõuded on kokku kogutud valge raamatu põhjal ja Eesti Abi- ja Teraapiakoerte Ühingu teraapiakoeratiimi eksami reeglitest ja kirjeldusest. Eesti Abi- ja Teraapiakoerte Ühing on organisatsioon, kes tegeleb Eestis koera ja koerajuhi teraapiakoerte eksamite läbiviimisega ning annab välja vastava rahvusvahelise sertifikaadi.

Koera kaasavasse sekkumisse tohib kasutada ainult kodustatud koeri. Teraapiakoeraks saamiseks peab koer olema inimestega hästi sotsialiseeritud. Samas tuleb silmas pidada, et kõik kodustatud koerad ei ole sobilikud koera kaasavate sekkumisteks, isegi need, keda omanikud peavad nõ headeks lemmikuteks. Selle jaoks, et koer saaks töötada looma kaasavas sekkumises tuleb tal esmalt läbida hindamine loomakäitumise asjatundja poolt nagu näiteks veterinaar. Looma kaasava sekkumiseks valitakse ainult need koerad, kellel on vastav valmidus ja koolitus. Üheks oluliseks kriteeriumiks on koerte treenimine humaansete meetoditega, milleks üheks valikuks on näiteks treenimine läbi positiivse kinnituse. Koer peab olema registreeritud ühes riiklikus või rahvusvahelises registris, mis kinnitab, et nad vastavad teatud kriteeriumitele. Selleks, et tagada teenusekvaliteet ning koera valmidus, tuleb käia koera korrapäraselt hindamas või testimas. Sinna juurde kuulub loomaarsti hinnang, kes kontrollib koera tervist ja teeb kindlaks, et kõik vajalikud veterinaarsed toimingud oleksid teostatud. Lisaks peab külastama asutust, kus koer töötab, tegemaks kindlaks, kas keskkond ja klient/kliendid on loomadele sobilikud. Koerajuhid peavad olema läbinud loomade heaoluga seotud vajaduste alaseid koolitusi, ning peavad suutma näha stressile ja ebamugavusele viitavaid märke. (Jegatheesan & Keiko, 2014)

Eesti Abi- ja Teraapiakoerte Ühingu eksami reeglitest ja kirjeldusest tuleb välja, et eksamil võivad osaleda kõik koerad olenemata nende tõust, päritolust, suurusest, tõutunnistuse olemasolust või selle puudumisest. Eksamile lubatakse ainult heas seisundis ja terved koerad. Eksamil osalema lubatakse koeri vaid pehme lameda kaelrihma ja jalutusrihmaga, välistatud on kõik ogadega, poovad, kett- ja elektriakelarihmad. (Ühing, 2024)

Eksamitel ei tohi osaleda väikeste tõugude (ehk turjakõrgus kuni 25 cm) puhul koerad, kes on nooremad kui 12 kuud ning suurte tõugude (ehk turjakõrgusega rohkem kui 25 cm) puhul koerad, kes on nooremad kui 18 elukuud. Samuti ei ole eksamile lubatud indlevad, tiined ega imetavad emased koerad kuni 50 päeva jooksul pärast poegimist. Eksamilt arvatakse välja kõik haiged või haigusekahtlusega koerad sõltumata vanusest, eriti kui nende tervislik seisund võib põhjustada neile kannatusi, valu või kui tervislik seisund võib mõjutada nende saavutusi. Osaleda ei tohi ka koerad, kes on lõigatud kõrvade ja sabadega, juhul kui selleks ei ole olnud meditsiinilist näidustust (vastavalt loomakaitseseadusele on koerte kõrvu ja sabasid lubatud

lõigata üksnes meditsiinilise näidustuse korral). Lisaks kõrvaldatakse eksamilt koerad, kes on keelatud ainete mõju all või kelle omanikud keelduvad võimaliku kahtluse korral vastavatest kontrolltestidest. Samuti ei lubata eksamile koeri, kelle füüsiline ja vaimne seisund ei vasta eeldatavale koormusele või kes ei ole katseteks piisavalt ettevalmistatud. (Ibid.)

Teraapiakoeratiimi eksamite esmane eesmärk on selgitada välja koera ja koerajuhi iseloomuomadused ning koeratiimi omavahelist sobivust koera kaasava sekkumise praktiseerimiseks. Katsed edukalt sooritanud koer kvalifitseerub koera kaasavas sekkumises osalemiseks üksnes koos selle konkreetse koerajuhiga, kellega katsed läbiti. Ühingu poolt on kehtestatud piirang, et ühe päeva jooksul saab koerajuht osaleda katsetel ainult ühe koeraga. Samuti võib koer ühe päeva jooksul katsetel osaleda ainult ühe koerajuhiga. Seega on koeratiim kindel koer koos kindla koerajuhiga, kellega katsetel osaleti. Koerajuhile on esitatud ka täiendav tingimus, mille kohaselt peab koerajuht olema täiskasvanud ehk vähemalt kaheksateistaastane isik. (Ibid.)

Organisatsioonil on väljaantud juhend, mis täpsustab, määratleb ja hindab koerte iseloomuomadusi, et selgitada nende sobivust teraapiakoeraks. Kuulekuselementide hindamisel keskendutakse eelkõige üksikutele tegevustele, mis puudutavad koera baaskuulekust. Eksamil sooritatakse erinevaid katseid, mida juht koos oma koeraga peavad läbima, näiteks baaskuulekus, reageerimine lõhnadele, käitumine võõraste inimestega, dominantsus, rahu säilitamine, koera erutuvus, maiuse andmine, reageerimine kiirele liikumisele, kohtumine ja otsene kontakt. Nii hinnatakse koera dominantsust, käitumist, kartlikkust ja sallimatust ning eelnevast tulenevat võimalikku agressiivsust. Koer ei tohi tegevuse ajal hambaid näidata, uriseda ning teist koera või inimest rünnata. Veel hinnatakse koera reaktsioonivõimet, kuulekust ning valmisolekut täita koerajuhi käsklusi. (Ibid.)

Katsete käigus mõõdetakse muuhulgas koera rahunemiseks kuluvat aega, kuna koer võib mänguhoos kaotada kontrolli oma käitumise üle. Sellistel puhkudel peab koerajuht oskama koera maha rahustada. Sellises olukorras ei tohi koer reageerida uutele mängukutsetele ilma koerajuhi loata. Koer peab olema võimeline kõndima ratastooli kõrval ning samal ajal nõustuma hellitustega. Samuti peab ta alluma koerajuhi käsklustele, taluma sülle võtmist, tõstmist ja kandmist. Koer ei tohi tegevust iseseisvalt lõpetada, kuid koerajuht peab oskama märgata, millal koer soovib tegevuse katkestada. Maiuse vastuvõtmisel eeldatakse koeralt rahulikku ja ettevaatliku käitumist. Koer peab oskama reageerida ootamatule mürale, kiirelt mööduvale inimesele ning taluma üllatusmomenti. Koeral on lubatud olukorra peale ehmuda, kuid ta peab suutma säilitada rahulikku olekut. Katsete käigus jälgib kohtunik koerajuhi käitumist, hinnates tema vaimset ja füüsilist valmisolekut koera positiivselt juhtida. Näiteks, kui koerajuht on stressis, võib see mõjutada ka koera meeleseisundit ja sooritust. (Ibid.)

Eksami sooritab edukalt vaid see koer, kes suudab rahulikult reageerida erinevatele olukordadele ja ärritajatele, olles samal ajal koostöövalmis ja mitte agressiivne. Koerajuht, kes suudab koera juhtida, teda toetada ning hinnata keskkonnast ja tegevusest tulenevaid riske, on võimeline proaktiivselt olukorda ennetama. Agressiivselt käituvat või kohaneda mitte suutvat koera ning mitte adekvaatselt koera juhitavat ja käituvat koerajuhi puhul lõpetatakse kohe pooleriolev sooritus, ning tiim diskvalifitseeritakse. (Ibid.)

5. KOERATERAAPIA MÕJU INIMESELE

Loomateraapia rakendamisel puuduvad vanuselised piirangud ja seda rakendatakse erinevas vanuses klientide puhul. Siiski on enamik programme suunatud just lastele, kuna laste ja loomade vahel on loomulik side. Loomateraapia sobib kõikidele inimestele, kellele meeldivad loomad, ning kellel puuduvad tervislikest põhjustest tulenevad takistused nagu näiteks allergiad loomade suhtes. (Chandler, 2024)

Koerateraapia rakendamisel võib täheldada mitmeid teraapiaprotsessi toetavaid aspekte. Teraapiakoera kohalolu suurendab sageli klientide motivatsiooni ning soodustab aktiivsemat osalemist teraapias. Koer aitab suunata kliendi tähelepanu ajutiselt eemale negatiivsetelt emotsioonidelt, valust või ebamugavustundest. Teraapiakoera kaasamine toetab terapeutilise suhte kujunemist kliendi ja terapeudi vahel. Samuti võib klient läbi terapeudi ja koera omavahelise suhtluse tajuda terapeudi usaldusväarsust. (Chandler, 2024)

Füüsiline kontakt loomaga, sealhulgas paitamine või looma süles hoidmine, võib esile kutsuda mitmeid positiivseid tundeid nagu rahulolu ja turvatunne. Koera olemasolu võimaldab klientidel kogeda aktsepteerimist ja hinnangutevaba suhtlust, mis omakorda suurendab kliendi eneseteadlikkust ja avatusastet. Sellest tulenevalt saavad olema teraapiasessioonid sisukamad ning toetavamad terapeutiliste eesmärkide saavutamisel. Teraapiakoer võib toimida täiendava motivaatorina eesmärkide saavutamisel, mida klient ilma looma kohaloluta ei pruugi saavutada. Looma kaasamine muudab teraapiaprotsessi vahetumaks ning aitab vähendada tunnet, et tegemist on ainult ravi või sekkumisega. Sellega suurendatakse kliendi valmisolekut käsitleda keerulisemaid teemasid või osaleda tegevustes, mida ta muidu väldiks. Tulemuseks on potentsiaalselt kiirem ja tõhusam teraapiaprotsess. (Chandler, 2024); (Loomateraapiakeskus, 2024)

Koerateraapia kaudu on võimalik toetada ka psühhosotsiaalsete oskuste arengut. Suhtlus loomadega aitab parandada sotsiaalseid oskusi, koostöövõimet ning suurendada enesehinnangut ja eneseväärikust. Loomade kohalolek teraapias aitab vähendada ärevust, maandada pingeid ning soodustada positiivsete käitumismustrite kujunemist. Teraapiakoera kaasamine loob turvalise keskkonna eneseteadlikkuse suurendamiseks, emotsioonide väljendamiseks ja suhete arendamiseks. Loomateraapia võib olla toeks ka trauma läbinud isikutele, aidates leevendada traumajärgseid sümptomeid ning pakkudes emotsionaalset tuge. Läbi kontaktide loomadega on võimalik õppida sobivat ja teadlikku füüsilist puudutust, mis on osa emotsionaalsest ja sotsiaalsest arengust. (Loomateraapiakeskus, 2024)

6. EESTI NÄITED LOOMA KAASAVATEST SEKKUMISTEST

Koera kaasavad sekkumised ei ole veel Eestis laialt levinud, kuid siiski on võimalik mõningaid näiteid välja tuua. Järgnevalt käsitlebki autor nelja näidet koera kaasavast sekkumisest Eestis.

6.1.1 Näide looma kaasavast teraapiast

Eestis vanglates on pakutud pilootprojektina koerateraapia programmi „Käpp ja käsi“. Programm viidi läbi koostöös koduta loomade varjupaikade ja professionaalsete koeratreeneritega, rakendades positiivse kinnistamise metoodikat. Koerateraapia programmi pakuti eelnevalt väljavalitud kinnipeetavatele Tartu ja Tallinna avavanglates. Avavangla on piiratud territooriumiga ala, kus liikumisvabadus on suurem kui kinnises vanglas ning võimalik on ka luba vangla territooriumilt väljumiseks. Programmi peamine eesmärk oli suurendada osalejate motivatsiooni ühiskonda naasmiseks, vähendada korduvkuritegevust ja aidata varjupaigakoortel leida uus kodu. Programmi mõju on hinnatud juhtumianalüüside kaudu, kuid põhjalikku sõltumatut mõju hindamist ei ole veel tehtud. Tulevikus soovitakse pilootprogrammi põhjal koostada teaduskirjandusele tuginevaid soovitusi programmi arendamiseks ja hindamiseks. (Tamm, 2021)

6.1.2 Näited looma kaasavast õppest

Eestis hetkel on püsivalt kasutuses lugemiskoerte programm, mida on rakendatud alates 2013. aastast. Lugemiskoerte programmi eesmärgiks on toetada laste lugemisoskuse arengut ja kujundada positiivset suhtumist lugemisse. Programm võimaldab pakkuda lastele eduelamust ja suurendada nende enesekindlust. Programmi algus ulatub Tallinna Keskraamatukogu laste- ja noorteteeninduse lugemispesasse, kus viidi läbi pilootprojekt „Lugemiskoer Susi“. Esialgu toimusid Tallinna Keskraamatukogus lugemisseansid kaks korda kuus, mille raames üks laps sai lugeda koerale 15 minutit korraga – viimatimainitud põhimõtte alusel toimib programm ka tänapäeval. Programmi populaarsus kasvas kiiresti ning 2016. aastaks jõudis see oma kõrgpunkti kaasates 29 lugemiskoeratiimi ja 20 raamatukogu üle kogu Eesti. Lisaks muudele raamatukogudele on programm levinud ka kooliraamatukogudesse. Programmi on rakendatud on mitmetes õppeasutustes, sealhulgas Haabersti Vene Gümnaasiumis, Eesti Rahvusvahelises Koolis, Jüri Gümnaasiumis ja Tallinna Südalinna Koolis. Lugemiskoerte tiimide tegevust koordineerib Eesti Abi- ja Teraapiakoerte Ühing (EATKÜ), kus kõik osalejad peavad läbima vastavad koolitused. Programmi efektiivsuse hindamisel on oluline osalejate tagasiside, mis aitab edasist tegevust suunata ja täiustada. (Lugemiskoer, 2025)

Looma kaasav õpe on Eestis veel vähe levinud, seda rakendatakse üksikutes haridusasutustes eesmärgiga toetada õpilaste akadeemilist ja sotsiaalset arengut. Ühe näite looma kaasava õppe süsteemsest kasutamisest Eestis leiab Tartus asuvast SädeTERA mikrokoolist. Tegemist on kooliga, kus loomad on osa õpikeskkonnast – loomad on igas klassis. Õpilased hoolitsevad

terraariumiloomade eest nagu Aafrika hiidteod ja raagritsikad ning osalevad õppetöös, kus lisaks muudele loomadele kasutatakse regulaarselt ka koeri. Loomade õppeprotsessi kaasamise eesmärk on õpilaste sotsiaalsete oskuste arengu toetamine, empaatiavõime suurendamine ning praktiliste kogemuste pakkumine vastutuse ja hoolivuse kujundamisel. Selles koolis toimub looma kaasav õpe eesmärgipäraselt ja kvalifitseeritud õpetajate juhendamisel, õppes kasutatakse spetsiaalselt väljaõpetatud ja sertifitseeritud loomi. Õppeprotsessis rõhutatakse vastutustundlikku suhtlemist loomadega ning arvestatakse nii õpilaste kui ka loomade heaoluga. Looma kaasava õppe arendamisel ja rakendamisel teeb SädeTERA mikrokool koostööd Eesti Loodus- ja Loomateraapiakeskuse ning Eesti Maaülikooliga. (Erakool, 2025)

6.1.3 Näide looma kaasavast külastusest

Üheks heaks näiteks on veel Lääne-Tallinna keskhaigla hooldusravikliinik, kus sõlmiti 2016. aastal koostöölepe Eesti Abi- ja Teraapiakoorte Ühinguga. Sealne eesmärk oli tuua hooldusravikliinikusse rõõmu ning pakkuda patsientidele võimalust kogeda hellust ja lähedust koeraga suhtlemisel. Töö hõlmas planeeritud regulaarseid külastusi, mida viisid läbi õendusjuht Mare Leppik ning EATÜ vabatahtlik koerajuht Triin Vokk koos oma teraapiakoeraga. Teraapiakoeraks oli Suzi, kahe ja poole aastane emane Welshi terjer. Suzit on kirjeldatud kui koera, kes armastab väga inimeste lähedust. Ta naudib jalutamist ja mängimist, aga ka lihtsalt süles olemist ja paitamist. Ta on kuulekas ja turvaline, mida kinnitab teraapiakoorte eksami tunnistus, tegutsemisluba ning unikaalne ID teraapiakoorte registris. (Suba, 2016)

7. LÕPUTÖÖ METOODIKA

Peatükis seletatakse lahti lõputöö eesmärk ja ülesanded, kirjeldatakse uuringus kasutatavat meetodikat, uuringu valimit ning selle koostamist. Töö autor annab ülevaate andmekogumisest ja analüüsimise meetodist.

7.1. Probleemipüstitus, eesmärk ja ülesanded

Töö autor leiab, et inimeste teadlikkus looma kaasavatest sekkumistest ja selle seostest sotsiaaltöoga on madal. Samuti pole inimesed kursis, millised on looma kaasavate sekkumiste kasutegurid ja võimalused sotsiaaltöös. Probleemist lähtuvalt kasutatakse oma sekkumistes loomi, keda pole hinnatud ning seda teevad inimesed, kellel pole vastavat väljaõpet ja kogemust. Seetõttu saavad kliendid ebaefektiivset teenust. Ka Eesti Abi- ja Teraapiakoerte Ühing maailma katusorganisatsiooni International Association of Human-Animal Interaction Organizations (IAHAIO) täisliikmena Eestis ja Eesti Ratsutamisterapeutide Liit on sellele probleemile avaliku pöördumisega tähelepanu juhtinud. (Ühing, 2024)

Lõputöö eesmärgiks on uurida koera kaasava sekkumise olemust ning hinnata Lääne-Virumaa sotsiaalvaldkonna töötajate teadlikust, huvi ja valmisolekut selle meetodika rakendamiseks sotsiaaltöös.

Töös püstitatud eesmärgist lähtuvalt on määratletud järgmised ülesanded:

- selgitada koera kaasava sekkumist läbi kiindumusteooria,
- anda ülevaade koera kaasavast sekkumisest ja selle tähendusest,
- kirjeldada teraapiakoerale ja koerajuhile kehtivad nõudeid,
- analüüsida sotsiaaltöötajate teadlikkust koera kaasavast sekkumisest,
- kirjeldada erinevaid võimalusi koera kaasamiseks sotsiaaltöös.

7.2. Andmekogumismeetod ja analüüs

Uuringu läbiviimiseks kasutati kvantitatiivset uurimismeetodit. Tegu on teadusliku uurimise meetodiga, mis keskendub uuritava tunnuste kirjeldamisele läbi mõõtmise, vastates esmajoones küsimusele, kui palju on mingit nähtust, omadust või tunnust esinenud. Andmeid koguti läbi interneti ankeetküsimustiku, mis on uurimuse koostamisel üks enim levinud uuringu meetodeid. (Lagerspetz, 2017) Andmeid koguti anonüümse küsimustiku abil, mis koostati Google Forms veebiplatvormil. Küsimustiku koostamisel lähtus autor lõputöö uurimisülesannetest. Küsimustik jagunes neljaks osaks ning sisaldas avatud ja suletud küsimusi. Suletud küsimused jagunesid kaheks, esimeseks koguti taustandmeid nagu näiteks tööstaaži jms eelneva kogemuse kaardistamiseks. Teiseks olid valikvastustega küsimused, millest vastaja pidi leidma ühe või mitu sobivat vastust. Avatud lõpuga küsimused sisaldasid kirjeldusi, vabu arvamusalaldusi ja hinnanguid. (Õunapuu, 2014) Küsimustiku vastuseid analüüsiti üldiselt. Andmeanalüüsi

meetodiks kasutati kvantitatiivset analüüsi ja sellele järgnevat järelduste tegemist. Andmete analüüsimiseks koguti andmed kokku ning sisestati andmetöötlusprogrammi Microsoft Excel, kus tulemused muudeti numbrilisteks näitajateks. Selle uurimistöö metoodika kasutamisel püüti mõista pigem väikese arvu osalejate maailmavaadet. Töös osalesid Lääne-Virumaa sotsiaaltöötajad ja uuriti nende teadlikkust koera kaasavast sekkumisest, samuti ka nende huvi ja soovi kasutada oma töös eesmärgipäraselt koeri.

7.3. Lõputöö valim ja konfidentsiaalsus

Lõputöö koostamiseks kasutas autor kvantitatiivset uuringut ning ettekavatsetut valimit. Ettekavatsetud valim on tahlik valim, milles uurja valib valimi liikmed lähtudes oma teadmistest ja kogemustest mõne grupi kohta. Püütakse leida populatsioonist kõige tüüpilisemad esindajad. (Õunapuu, 2014) Autori eesmärgiks oli uurida sotsiaaltöötajate teadlikkust Lääne-Virumaa näitel.

Autor koostas internetiotsingu põhjal valimi Lääne-Virumaa kohalike omavalitsuste sotsiaaltöötajatest, koolidest ja päevakeskustest ning nende kontaktandmetest. Juhul kui internetis vastavat teavet üleval ei olnud, kasutas autor muid võimalusi valimisse osutunud isikutega kontakteerumiseks, mh paludes teatud juhtudel asutuste juhtidel küsimustikku asutusesiseselt jagada.

Uuringu valimiks osutus 39 sotsiaaltöötajat. Valimis olid Rakvere Linna, Rakvere valla, Vinni valla, Tapa Valla, Kadrina Valla, Haljala valla, Viru-Nigula valla ja Väike-Maarja valla sotsiaaltöötajad, kes töötasid omavalitsustes, koolides, päevakeskustes ja hooldekodudes.

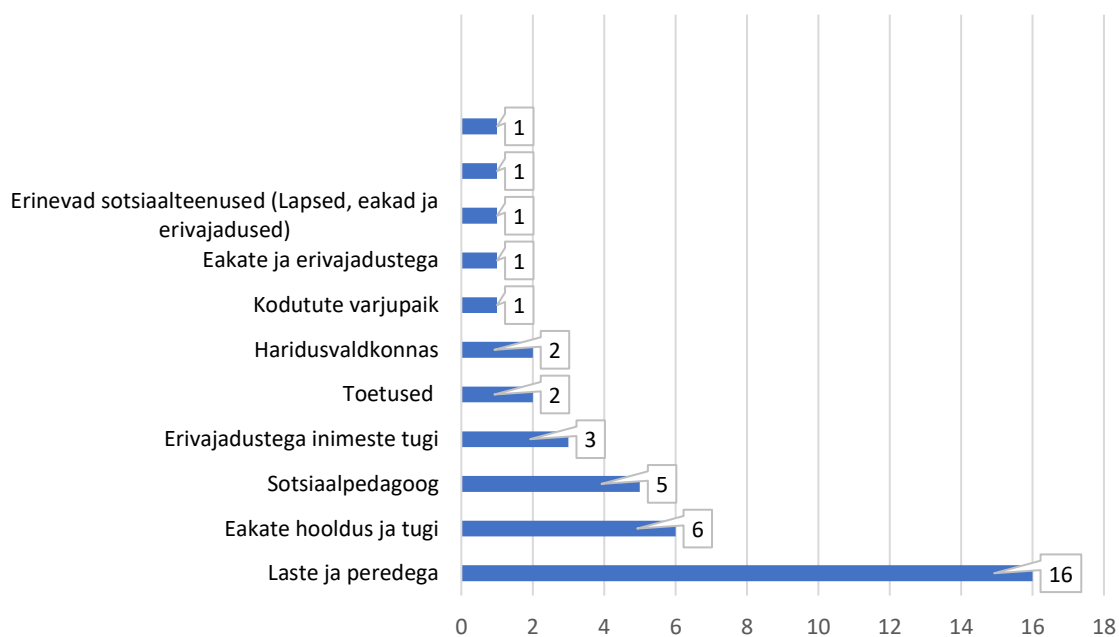
Kõikidele vastajatele tagati anonüümsus kasutades vastuseid ainult käesoleva töö jaoks. Antud lõputöö küsitluses ei olnud vajalik uuringus osalejate nime lisamine, seetõttu ei avaldata töös ühtegi vastust nimega. Samuti ei seostatud töös ankeete ühegi konkreetse isikuga. Lõputöö koostamisel ja küsitluse läbiviimisel arvestatakse konfidentsiaalsuse tagamisega ning eemaldati kõik elemendid, mis võivad osutada uuringus osalejate identiteedile.

8. UURIMISTULEMUSTE ANALÜÜS

Selles peatükis analüüsib autor uurimisküsimuste tulemusi, ning seostab tulemusi teooriaga tuues omapoolt välja ettepanekuid ja järeldusi. Analüüsis lähtutakse lõputöö uurimisküsimustest. Selle järgi toob autor välja neli alapeatükki: uuringu ülevaade ja vastajate töökoht koos töötatud aastatega; teadlikkus koera kaasavast sekkumisest; kogemused ja hoiakud; sotsiaaltöötajate koolitusvajadus.

8.1. Uuringu ülevaade ja vastajate taustandmed

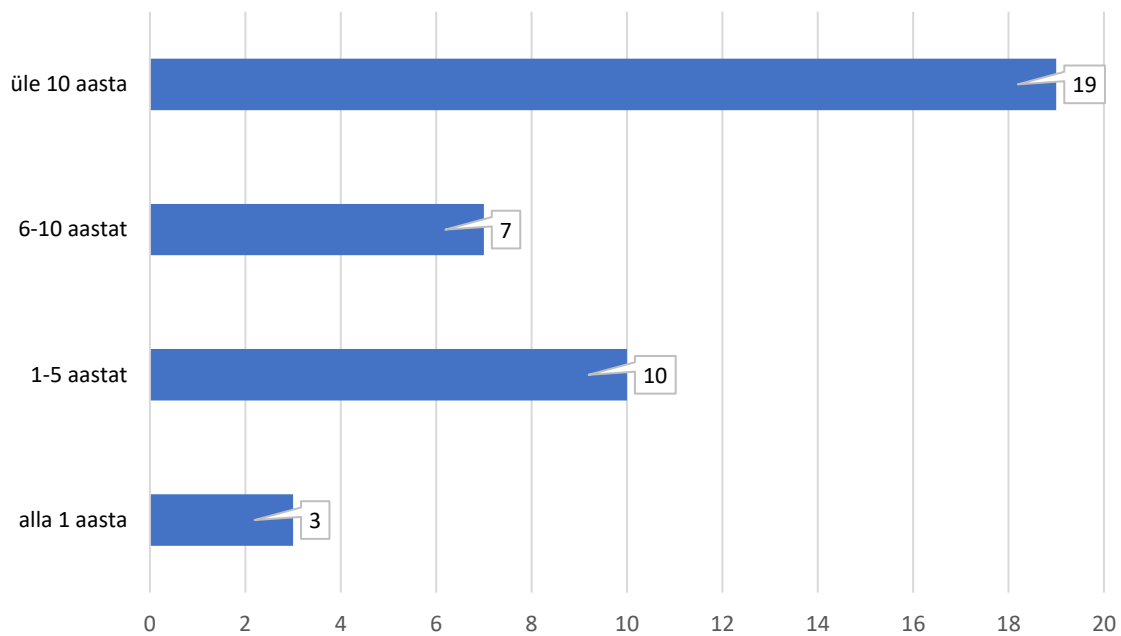
Küsimustikule vastas 39 inimest. Vastanutest töötajad jagunesid vastavalt: 16 laste ja peredega, 6 eakate hoolduses ja tugi, 3 erivajadustega inimeste tugi ja eraldi nimetasid end kooli süsteemis 5 sotsiaalpedagoogina ja 2 haridusvaldkonnas, 2 toetuste menetlejat, kodutute varjupaiga sotsiaaltöötaja, kogemus laste, eakate ja erivajadustega sotsiaaltöös, sotsiaaltööspsialist-toetused, erinevad sotsiaalteenused (lapsed, eakad kui erivajadused) ja noortegarantii juhtumikorraldaja.



Joonis 1. Uuringus osalenute jaotus valdkonna järgi

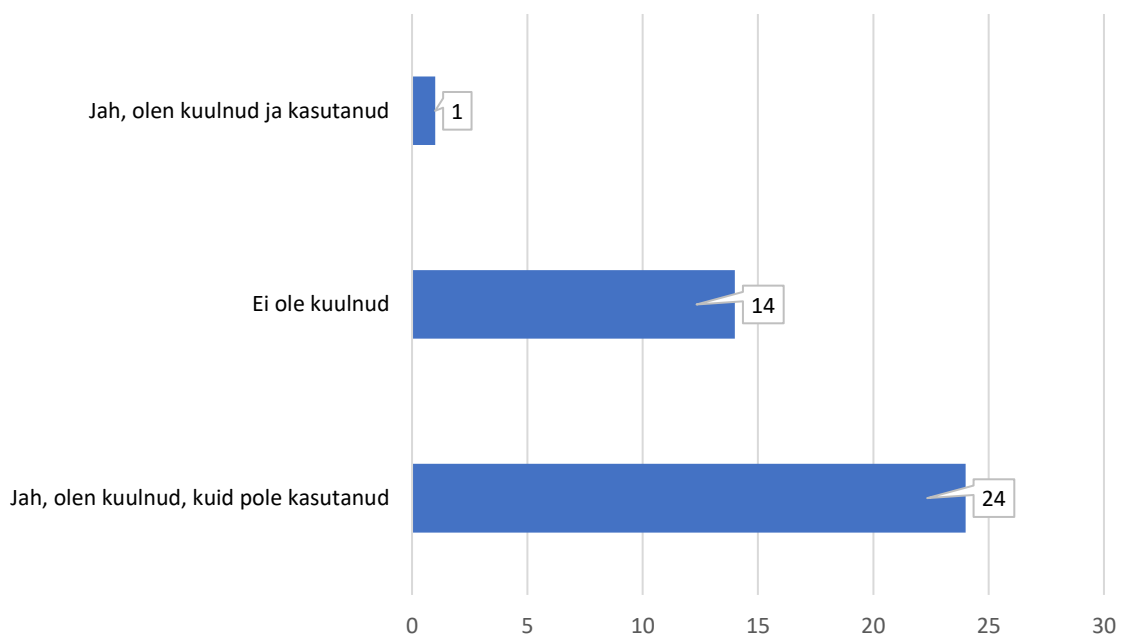
Küsimuse „Mis valdkonnas te töötate?“ esitas töö autor selleks, et saada ülevaade vastajate tööpositsioonist ja teha kokkuvõtte, kui palju erineva valdkonna inimesi uurimises küsitleti. Selles uuringus oli valdav enamus laste ja peredega töötavad spetsialistid, teisel kohal olid eakate hooldus ja tugi, kolmandana sotsiaalpedagoogid. Ülejäänud vastanutest olid seotud mitme valdkonnaga ja pidasid oluliseks kasutada avatud küsimuse võimalust tuues vastustes oma

määratlusi oma valdkonna kohta. See annab ülevaate, et antud uuring puudutas erinevaid valdkondi ja annab edasi erinevate tööpositsioonidel olevate inimeste arvamuse.



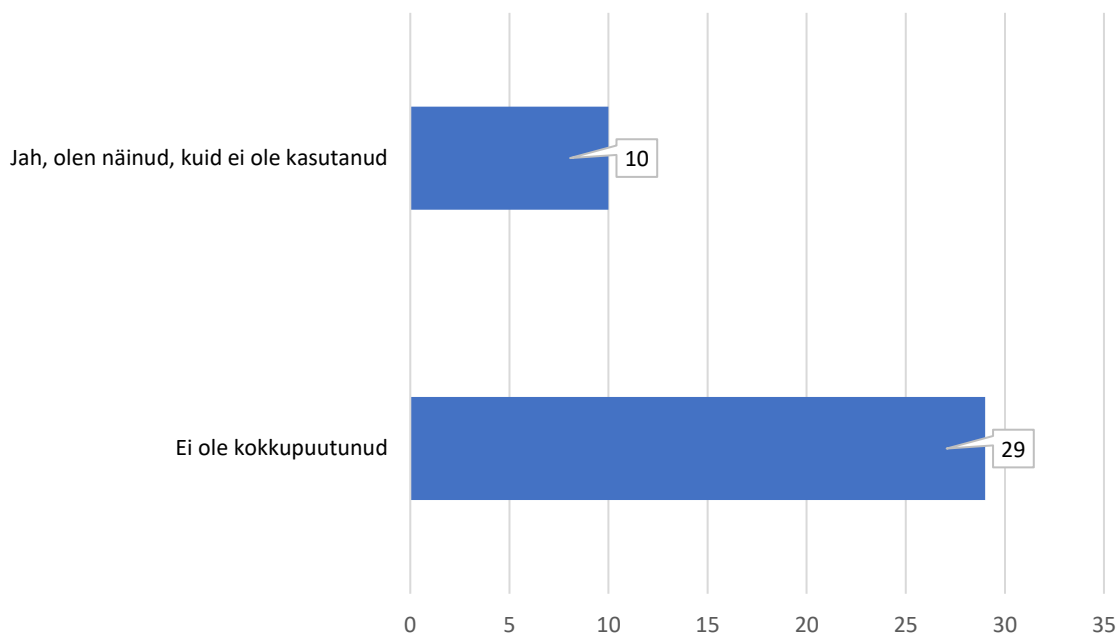
Joonis 2. Uuringus osalenute jaotus tööstaaži järgi

Enamus ehk 19 vastajat oli oma valdkonnas töötanud üle 10 aasta, 10 vastajat oli töötanud 1-5 aastat, 7 vastajat 6-10 aastat ja 3 vastajat alla 1 aasta.



Joonis 3. Uuringus osalenute jaotus teadlikkuse ja kasutamise järgi

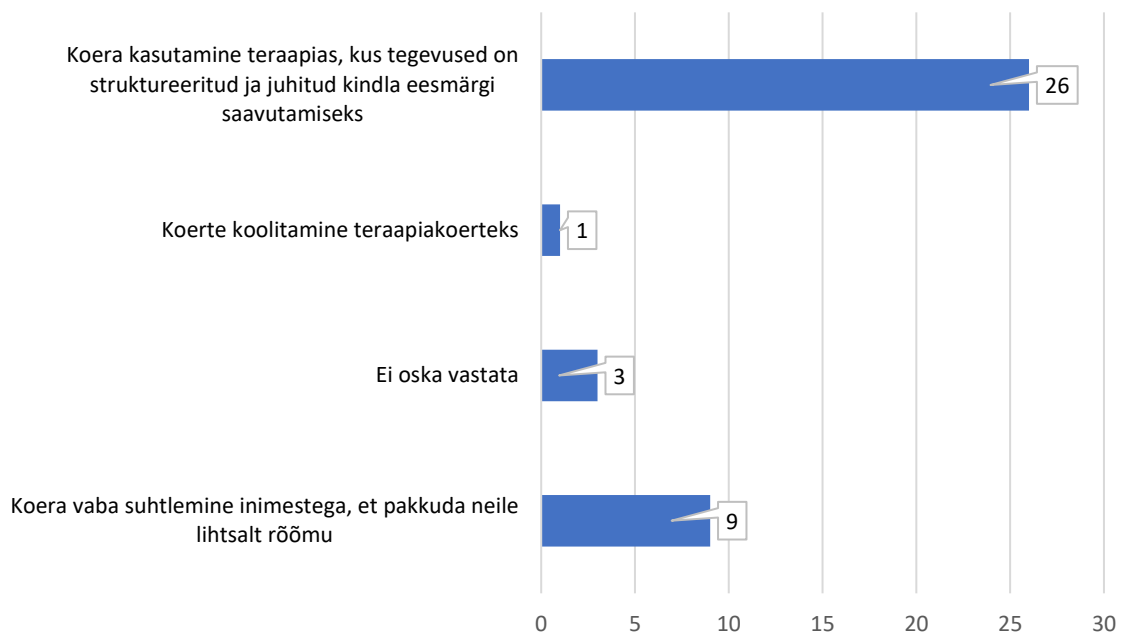
Küsimusega „Kas olete varem kuulnud koera kaasavast sekkumisest sotsiaaltöös?“ soovis autor teada, kui paljud vastanutest on kuulnud koera kaasavast sekkumisest ja kui paljud on üldse teadlikud, et selline sekkumine eksisteerib. On leitud, et loomi kaasava sekkumise väljatöötamiseks ja rakendamiseks peaks see toimuma valdkonnaüleselt. (Jegatheesan & Keiko, 2014) Seega peaks kõigepealt valdkonnas töötavad inimesed olema kuulnud ning teadlikud antud sekkumisest. Vastanutest umbes 60% olid kuulnud, kuid polnud ise kasutanud, 35% ei olnud kuulnud ja ainult 1 vastanu oli kuulnud ning ise ka läbiviinud.



Joonis 4. Uuringus osalenute jaotus kogemuse järgi

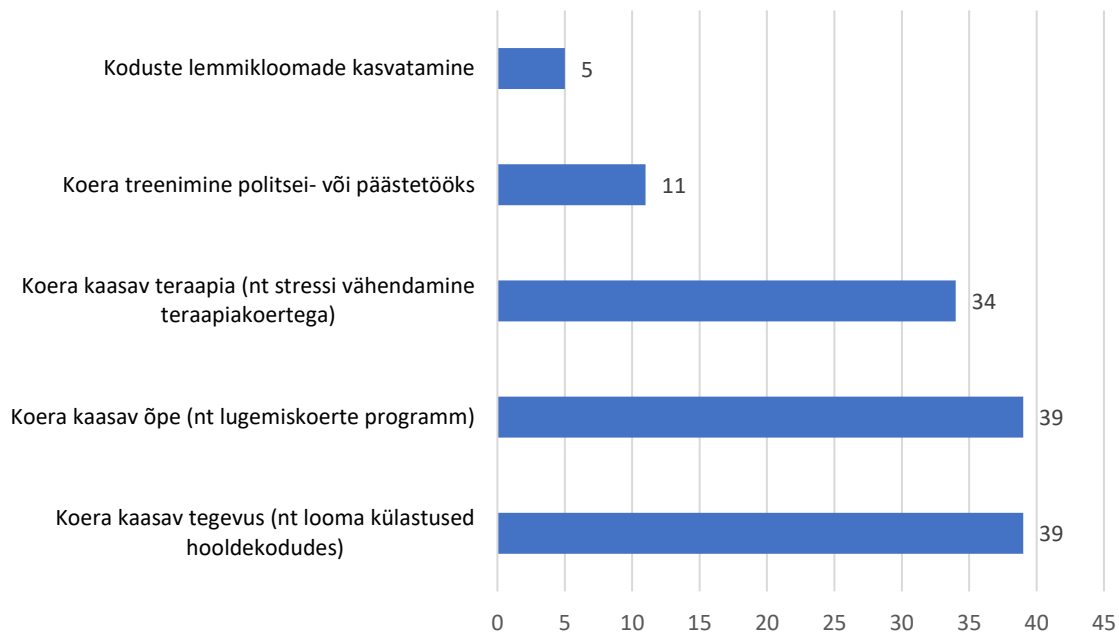
Küsimuse „Kas olete ise olnud tunnistajaks koera kaasavale sekkumisele?“ püstitas töö autor saamaks aru vastaja huvist ning mõistmisest seoses kokkupuutega koera kaasavast sekkumisest. Vastustest selgus, et kogemus puudus, kuid huvi oli 25 vastajal. Kokku oli puutunud koera kaasava sekkumisega 10 vastajat ja kogemus puudus 15 vastajal. Huviliste seas on rohkem neid, kes ei oma tööalaseid kokkupuuteid koera kaasava sekkumisega. Vastajaid, kes ei ole üldse kokku puutunud antud teemaga, oli 13 ja neil puudus ka huvi koera kaasava sekkumise vastu. Vastajatest ühel oli kokkupuude, kuid samuti puudus edaspidine huvi kasutamaks koera kaasavat sekkumist. Autor ei ole teadlik, millise koera kaasava sekkumise kogemuse osaliseks üks vastanutest sai. Antud valdkonnas tegutsevad spetsialistid on leidnud, et valdkonna üheks murekohaks on koera kaasava sekkumise kasutamine ilma vajaliku kompetentsita, millest tulenevalt saavad inimesed ebaefektiivset teenust ja võivad kaotada seetõttu ka huvi. Omakorda pärssib see teenuse kasulikkust. (Ühing, 2024) Töö autor leiab, et kompetentside puudumise tulemusena ebaefektiivse teenuse pakkumine ja seeläbi klientide huvi kaotus teenuse suhtes võib pärssida ka sekkumise pakkumise levikut.

8.2. Teadlikus koera kaasavast sekkumisest



Joonis 5. Uuringus osalenute koera kaasava sekkumise definitsioon

Küsimusega „Mis on koera kaasav sekkumine?“ soovis autor teada, mida peab vastaja koera kaasavaks sekkumiseks. Küsitluses defineeris 26 vastajat koera kaasava sekkumise terminile kohaselt, ehk koera kasutamine struktureeritult ja juhitud kindla eesmärgi saavutamiseks. Koera kaasava sekkumise üks põhitalasid on koera kasutamine oma töös sihipäraselt ja struktureeritult. (Jegatheesan & Keiko, 2014) 9 vastajat arvas, et see on koera vaba suhtlemine inimestega, et pakkuda neile lihtsalt rõõmu. Neist vastanutest 7 ei olnud kokku puutunud koera kaasava sekkumisega ja 2 olid kokku puutunud vaatleja rollis. Sellest tulenevalt tekib küsimus kogetud koera kaasava sekkumise kvaliteedist. 3 vastajat ei osanud vastata ja 1 vastanutest arvas, et koerte koolitamine teraapiakoorteks võiks olla koera kaasav sekkumine, mis näitab, et antud vastajatel puuduvad teadmised antud valdkonnast.

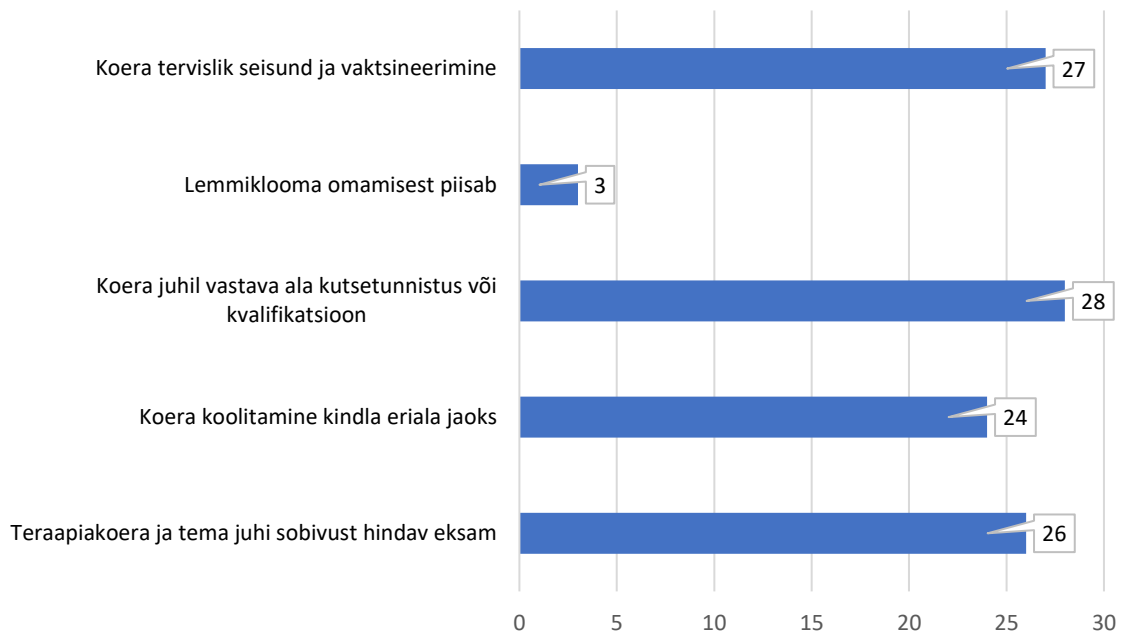


Joonis 6. Uuringus osalenute arvamus erinevate valdkondade kuuluvusest koera kaasavasse sekkumistesse

Küsimusele „Millised järgmistest valikutest kuuluvad Teie arvates koera kaasava sekkumise valdkonda?“ vastasid kõik 39 vastanut, et koera kaasav tegevus ja koera kaasav õpe on selle valdkonna osa. Autori hinnangul on tegemist väga hea tulemusega, kuna mõlemad väited said 100% õigesti vastatud kõigi uuringus osalenute poolt. See viitab, et inimesed on teatud määral teadlikud koera kaasavast tegevusest, näiteks looma külastustest hooldekodudesse ning koera kaasavast õppest nagu lugemiskoorte programmid.

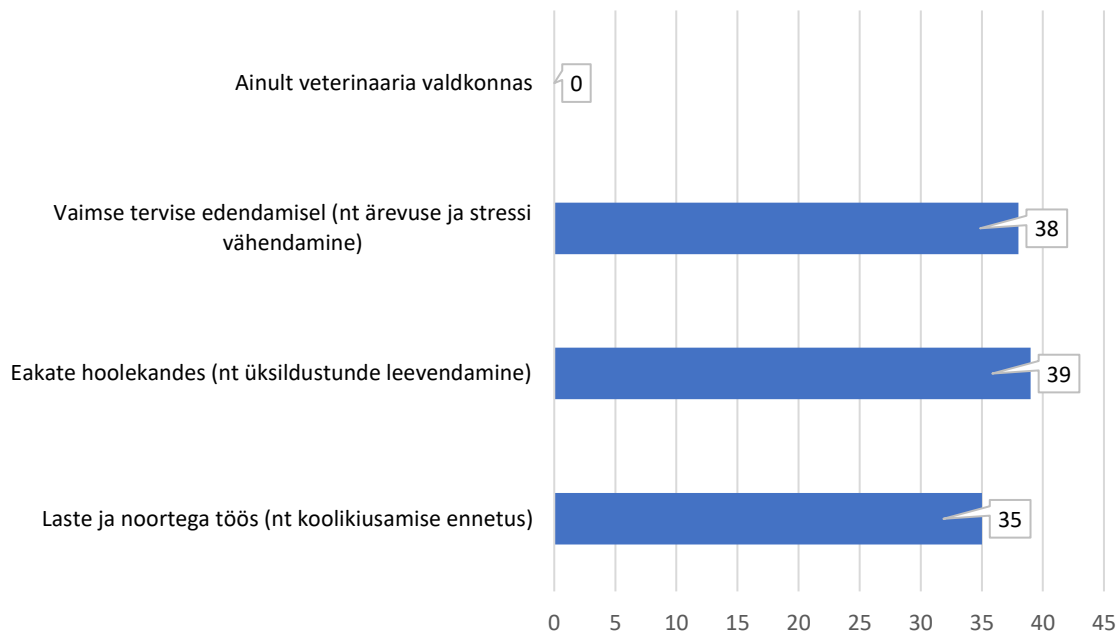
Lisaks arvas 34 vastajat, et ka koera kaasav teraapia kuulub koera kaasava sekkumise alla, mis on samuti õige. See näitab, et enamik vastajatest on teinud õiged valikud, olgu see teadlikult või alateadlikult. Eelnevalt teorias on välja toodud, et koera kaasav sekkumine jaguneb nelja kategooriass. Millest kolm on koera kaasav külastus, koera kaasav õppe ja Koera kaasav teraapia. (Mölder, 2017)

Samas esines ka ekslikke vastuseid, kus 11 vastajat arvasid, et koerte treenimine politsei- või päästetööks kuulub koera kaasava sekkumise alla. 5 vastajat pidasid seda osaks ka koduste lemmikloomade kasvatamist. Need vastused on aga väärad, kuna need tegevused kuuluvad pigem töökoorte koolitamise ja isikliku lemmikloomapidamise valdkonda ning ei ole otseselt seotud koera kaasava sekkumisega.



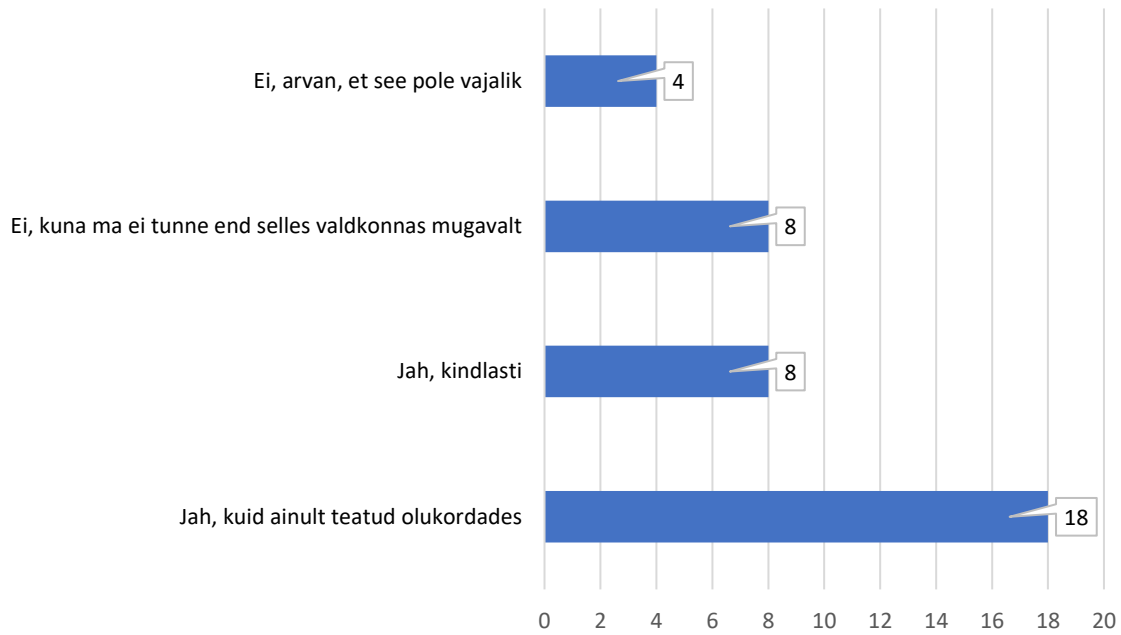
Joonis 7. Uuringus osalenute hinnang koera sotsiaaltöösse kaasamiseks vajalike tingimuste täitmise kohta

Küsimusega „Milline on Teie arvates vajalik kvalifikatsioon koera kaasamiseks sotsiaaltöö protsessi?“ soovis töö autor mõista vastajate teadlikkust selle kohta, milliseid oskusi ja pädevusi peavad vastajad vajalikuks. Töö autori hinnangul on oluline mõista, kas vastaja tajub, kui palju erinevaid tingimusi on vajalik täita enne, kui koera saab kaasata sotsiaaltöö protsessi. 28 vastajat ehk enamik arvasid, et vajalik on koerajuhil vastava ala kutsetunnistus või kvalifikatsioon. 27 vastajat arvasid, et oluline on koera tervislik seisund ja vaktsineerimine. 26 vastanutest arvasid, et eksam, mis hindab teraapiakoera ja tema juhi sobivust, on oluline nõue. Natuke vähem ehk 24 vastajat rõhutas koera koolitamise vajalikkust kindlale erialale, kuid ka see oli siiski kõrge näitaja. Eespool olevad väited on tõesed ja on teaduslikult kindlaks määratud, et enne koera kaasava sekkumise teostamist peab olema koera tervislik seisund hinnatud, koerajuhil peab olema baaskoolitus ja koeral läbitud teraapiakoera eksam. Lisaks õpetatakse koer välja kindla eriala jaoks, sest ilma vastava koolitusega ei pruugi koerad suuta oma ülesannet täita. Ainult 3 vastajat arvas, et lemmiklooma omamisest piisab, mis näitab, et enamik inimesi siiski mõistab, et lihtsalt koera omamine ei ole piisav koera kaasavaks sekkumiseks. Seega järeldab töö autor, et vastajate enamus nõustus teaduslikult määratletud tingimustega, mis on vajalikud koera kaasavaks sekkumiseks sotsiaaltöös. Vaid üksikud vastajad ei pidanud täiendavate tingimuste täitmist vajalikuks.

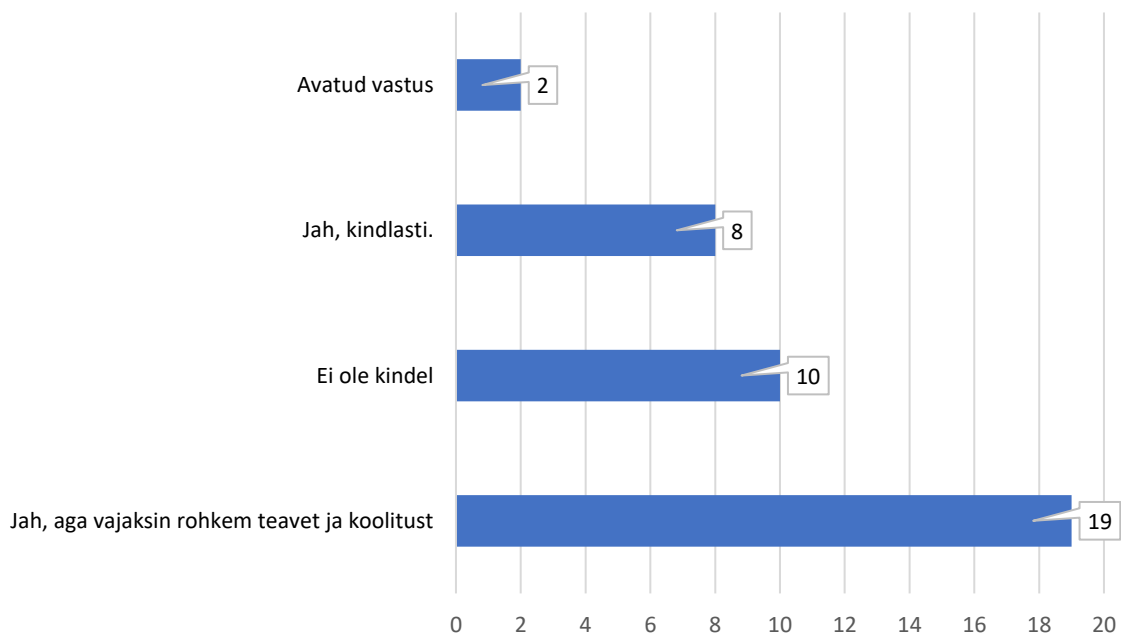


Joonis 8. Uuringus osalenute arvamus sekkumise kasutatavuse kohta erinevates sotsiaaltöö valdkondades

Küsimusega „Millistes sotsiaaltöö valdkondades saab kasutada koera kaasavat sekkumist?“ soovis autor teada vastaja hinnangut, millistes valdkondades on võimalik koera kaasavat sekkumist rakendada. Kõik vastajad usuvad, et eakate hoolekandes saab koera kaasavat sekkumist kasutada, mis näitab, et see valdkond on hästi mõistetav. Peaaegu sama palju vastajaid ehk 38 arvasid, et vaimse tervise edendamisel on oluline koeri kasutada. 35 vastajat arvas, et laste ja noortega töös, mis on vähem kui eakate ja vaimse tervise valdkonnas, kuid jällegi väga kõrge nõustujate määr. Vastanutest ei arvanud keegi, et koera kaasav sekkumine kuuluks ainult veterinaaria valdkonda. Seega saab järeldada, et vastajad mõistavad koera kaasava sekkumise kasutusvõimalusi sotsiaaltöös.



Joonis 9. Uuringus osalenute huvi igapäevatoös koerte kasutamise suhtes



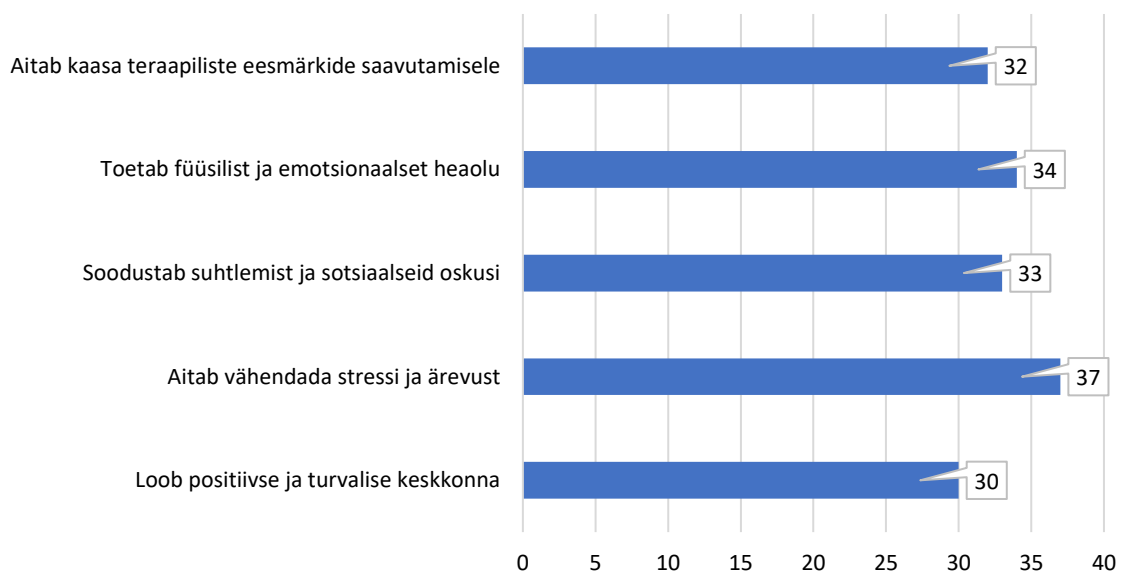
Joonis 10. Koera kaasava sekkumise potentsiaal uuringus osalenute töös

Küsimustega „Kas sooviksite kasutada koeri oma igapäevatoös?“ ja „Kas Teie arvates võiks koera kaasav sekkumine olla kasulik Teie töös?“ soovis töö autor mõista vastaja soovi kasutada koera kaasavat sekkumist oma töös ning tema arvamust selle kohta, kas see võiks olla kasulik. 26 vastajatest sooviks kasutada koeri oma igapäevatoös. Nendest 8 kindlasti ja 18 ainult teatud olukordades. Huviliste seas oli 10 neist, kes olid varem kuulnud ja 16 neist, kes polnud varem

kuulnud koera kaasavast sekkumisest. Sellest võib järeldada, et huvi ei sõltu otseselt eelnevast kogemusest. Samal ajal 12 vastajat ei tunne end selles valdkonnas mugavalt või ei pea seda vajalikuks. Nendest 8 polnud varem kuulnud ja 4 olid kuulnud kaasavast sekkumisest. See näitab, et koera kaasava sekkumise vastu on küll huvi, kuid vaja oleks rohkem teadlikkust ja praktilisi võimalusi, et huvilised saaksid selle rakendamist kogeda ja mõista. (vt joonis 3)

19 vastanutest usub, et koera kaasavast sekkumisest võiks olla kasu nende töös, kuid nad vajaksid selleks täiendavat teavet ja koolitust. Nendest vastajatest sooviksid 5 kasutada koeri oma igapäevatöös, 12 ainult teatud olukordades ning 2 vastajat ei tunne end selles valdkonnas mugavalt. Samuti oli 8 vastajat kindlad, et koera kaasava sekkumine oleks nende töös kasulik. Nende hulgas sooviksid kolm inimest kindlasti kasutada koeri oma igapäevatöös ning viis inimest ainult teatud olukordades. 10 vastajat ei olnud kindlad, kas koera kaasamine oleks nende töö jaoks kasulik. Neist 1 vastaja soovib kasutada koeri teatud olukordades, 5 vastajat ei tunne end selles valdkonnas mugavalt ning 4 vastajat ei pea koera kaasamist oma töös vajalikuks. Lisaks tõi 1 vastaja välja, et kuigi koer võiks olla abiks erinevatele sihtrühmadele, ei ole tal isiklikult võimalik koera võtta ning seetõttu ei näe ta võimalust seda ka oma töös rakendada. Üks vastaja märkis, et tema töös ei ole koera kaasamine otseselt vajalik.

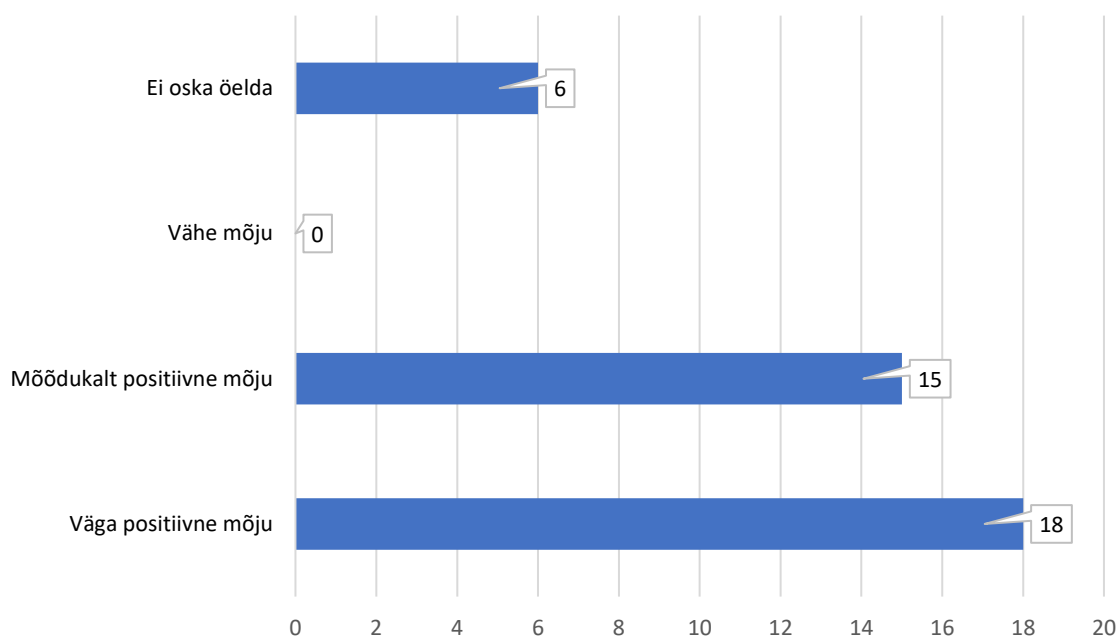
Tulemuste põhjal võib järeldada, et enamik vastanutest, kes on avatud koera kaasavale sekkumisele, tajuvad ka selle potentsiaalset kasulikkust oma töös. Samas tunnevad paljud vajadust täiendava koolituse ja informatsiooni järele. Vastanute seas leidub neid, kes ei tunne end selles valdkonnas mugavalt või ei pea koera kaasamist oma töös vajalikuks.



Joonis 11. Uuringus osalejate arvamus koerte kaasava sekkumise peamiste eeliste kohta

Küsimusega „Millised on Teie arvates koera kaasava sekkumise peamised eelised sotsiaaltöös?“ soovis autor hinnata sotsiaaltöötajate teadlikkust koera kaasava sekkumise eelistest. Koera kaasava sekkumise kasutamise kõige suuremaks eeliseks peeti seda, et see aitab vähendada stressi ja ärevust; nii leidis 37 vastajat. Teiseks peeti füüsilise ja emotsionaalse heaolu toetamist (34 vastajat). Kolmandaks, et koera kaasav sekkumine soodustab suhtlemist ja sotsiaalseid oskusi (33 vastajat). Neljandaks selgus, et vastanute arvates aitab koera kaasav sekkumine kaasa teraapiliste eesmärkide saavutamisele (32 vastajat). Viimaseks toodi välja positiivse ja turvalise keskkonna loomine (30 vastajat). Kõik eelnevad väited on tõesed. Lõputöös on välja toodud, et loomade kaasamine aitab psühhosotsiaalsete oskuste arendamisse ja pakub mitmekesiseid võimalusi emotsionaalse ja sotsiaalse heaolu toetamiseks.

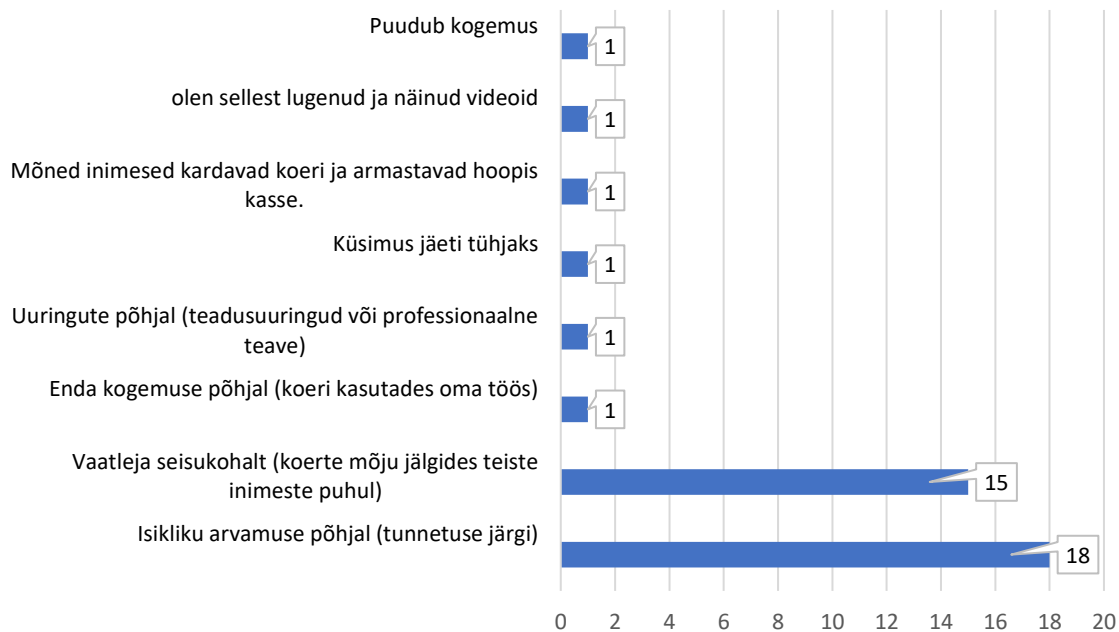
8.3. Kogemused ja hoiakud



Joonis 12. Uuringus osalenute hinnang koerte kaasava sekkumise mõjule klientide vaimsele ja emotsionaalsele heaolule

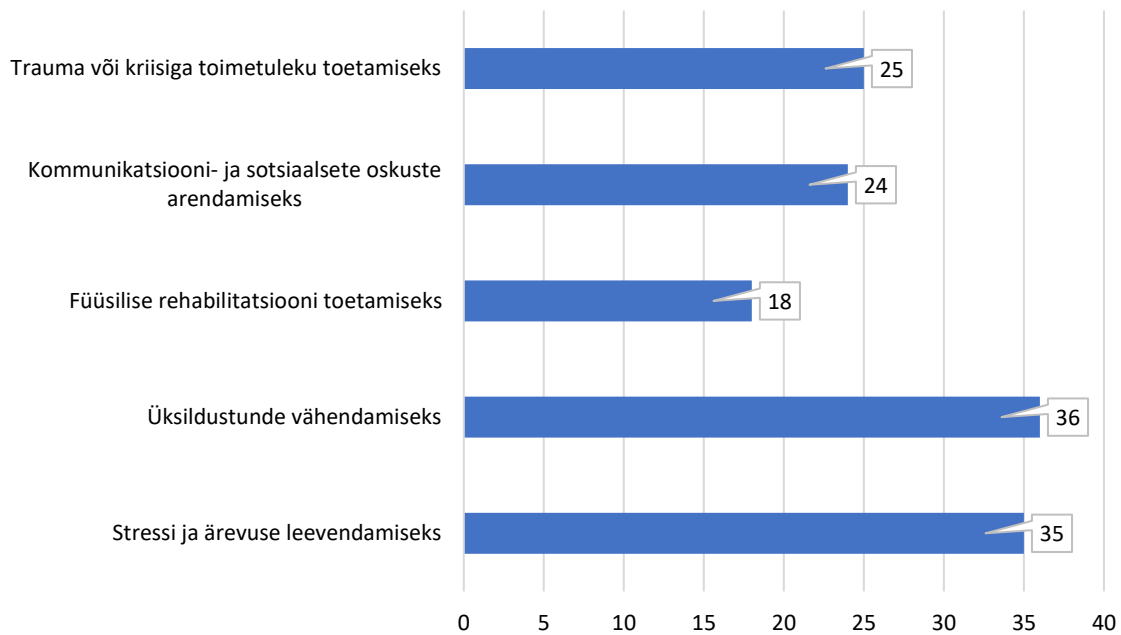
Küsimusega „Kuidas hindate koerte kaasamise mõju klientide vaimsele ja emotsionaalsele heaolule?“ soovis autor saada vastajate hinnangut selle kohta, millist mõju võiks koera kaasamine nende arvates klientidele avaldada. 18 vastanutest, kes omakorda moodustasid kõige suurema osa uuringutes osalenutest (46%), arvasid, et koera kaasamise mõju võiks olla väga positiivne. 15 vastajat (38% vastanutest) arvas, et mõõdukalt positiivne mõju ja 6 vastajat (15% vastanutest) ei osanud seisukohta võtta. Kokkuvõttes 33 vastajat (84% vastanutest) arvas, et koerte kaasamine avaldab positiivset mõju klientide vaimsele ja emotsionaalsele heaolule. Kiindumusteooria toetab seda seisukohta, kuna on leitud, et teraapiakoer võib kujuneda üheks kiindumusfiguuriks teraapias. Selle kaudu pakub ta turvatunnet ja emotsionaalset tuge, mida

võib üldisemalt määratleda kui positiivset mõju. (Zilcha-Mano, Mikulincer, & Shaver, 2011) Samas sooviksid vaid 26 uuringus osalenut oma töös koera kaasavat sekkumist kasutada. (vt joonis 10). Ehk kokkuvõttes järeldeb töö autor, et enamus vastanutest pidasid koera kaasavat sekkumist küll kasulikuks, kuid sellegi poolest ei sooviks nad oma töös seda rakendada.



Joonis 13. Uuringus osalenute seisukohtade alused

Küsimuse „Millistel alustel te oma hinnangut põhjendate?“ eesmärk oli selgitada, millistel alustel vastajad oma vastuse andsid. Uurimuse läbiviija soovis mõista, kas hinnangud põhinesid isiklikul arvamusel, teaduslikult tõestatud allikatel või muudel teguritel. Tulemused näitasid, et 18 vastajat (46% vastanutest) tugines oma hinnangutes isiklikule arvamusele ehk tunnetusele. 15 vastajat (38% vastanutest) hindas koerte mõju teiste inimeste käitumise ja reaktsioonide põhjal, olles nende mõju vaatluse all. Ülejäänud vastajad andsid oma hinnangud avatud küsimuse vormis, tuues välja individuaalsed põhjendused. Kaks vastajat vastasid, et tuginesid teaduslikel uuringutel, loetud materjalidel ja nähtud videote põhjal. Üks vastajatest selgitas oma hinnangut sellega, et tal on koerte suhtes hirm ja armastab pigem kasse. Üks uuringus osaleja ei vastanud küsimusele ning üks ütles, et tal puudub kogemus.

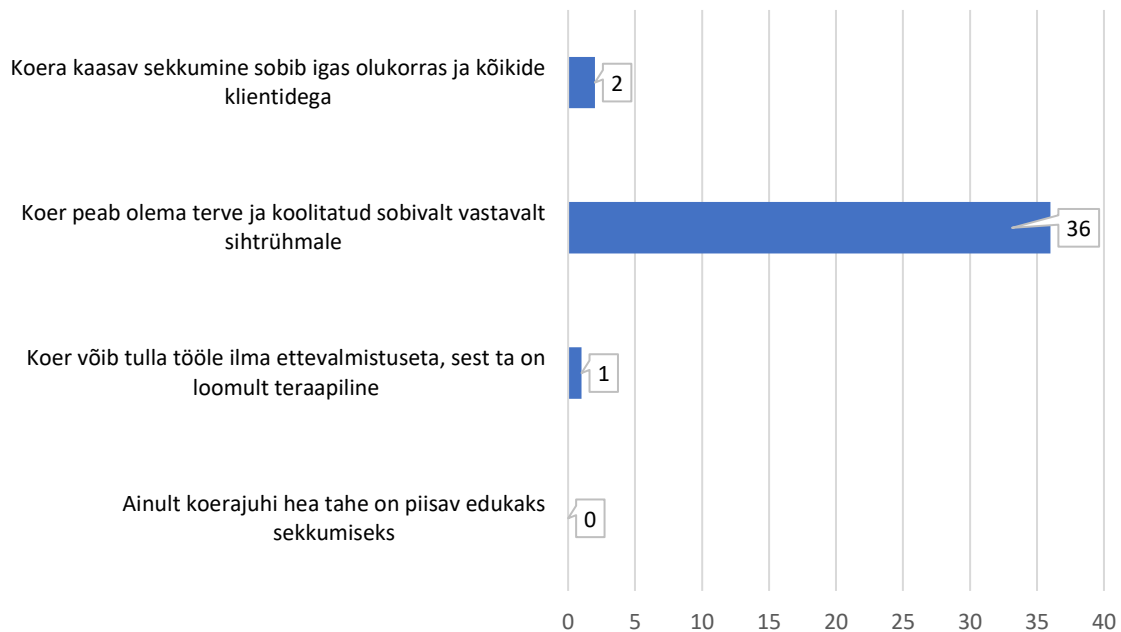


Joonis 14. Uuringus osalenute hinnang olukordadele, kus koerte kaasamine oleks kõige tõhusam

Küsimusega „Millistes olukordades võiks koerte kaasamine sotsiaaltöös olla kõige tõhusam?“ soovis autor teada, millistes olukordades peab vastaja koera kaasavat sekkumist sotsiaaltöös kõige tõhusamaks. Kõige tõhusamaks peeti üksildustunde vähendamist, mida valis 36 vastajat (92% vastanuist). Seega nähakse koera kaasavat sekkumist peamiselt emotsionaalse ja psühholoogilise heaolu toetajana. Järgmisena, kuid mitte oluliselt vähem eelnevast peeti oluliseks stressi ja ärevuse leevendamist, sest seda pidas tõhusaks 35 vastajat ehk 89% vastanutest.. Samas kui koera kaasava teraapia, milles oli toodud näitena stressi vähendamine teraapia koeraga valis 37 vastanutest. (vt joonis 11). See viitab, et koera kaasamine võib olla eriti kasulik sotsiaalse isolatsiooni vähendamisel. Trauma või kriisi toimetuleku toetamise valis 25 vastanut ehk 64%. Neist 19 arvasid, et lisaks sellele on tõhus ka stressi ja üksildustunde vähendamine. Antud tulemus viitab asjaolule, et traumakogemusega inimeste puhul nähakse koera kaasavat sekkumist tugeva toetusmehhanismina. Kommunikatsiooni- ja sotsiaalsete oskuste arenemiseks valis 24 vastanut (61%). Füüsilise rehabilitatsiooni toetamiseks valis 18 vastanutest (46%). Enamus vastanutest arvavad, et koera kaasav sekkumine on mitmekülgne ja seda saab rakendada nii vaimse tervise toetuseks kui ka sotsiaalsete ja füüsiliste oskuste parandamiseks. Vähesed vastajad ehk 5 mainisid ainult ühte kasu, mis viitab sellele, et koera kaasava sekkumise potentsiaal ulatub laiemale sihtrühmale ja erinevatesse eesmärkidesse.

Kiindumusteooria perspektiivist lähtudes on leitud, et inimesed, kes ei leia kindlustunnet oma inimestevahelistes suhetes, loovad vahel kompenseerivalt tugeva kiindumussuhte oma

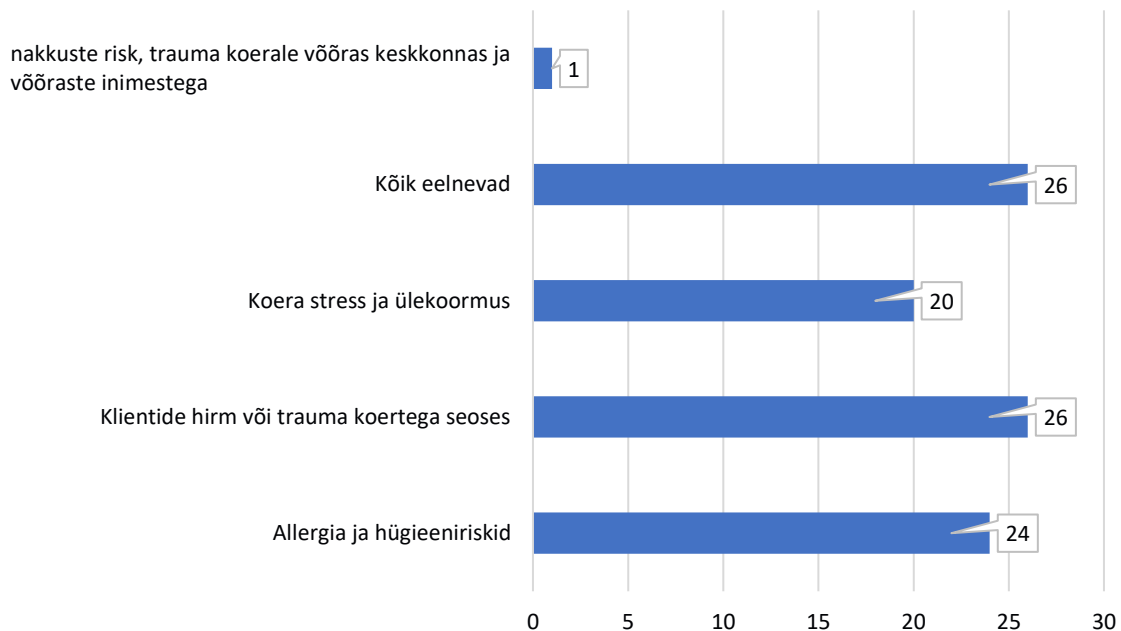
lemmikloomaga, et rahuldada oma kiindumusvajadusi. (Zilcha-Mano, Mikulincer, & Shaver, 2011) Selle põhjal võib öelda, et vastajate arvamus peab paika – koera kaasav sekkumine võib olla eriti tõhus üksilduse vähendamisel ning stressi ja ärevuse leevendamisel, kuna koer suudab osaliselt kompenseerida rahuldamata jäänud kiindumusvajadusi.



Joonis 15. Uuringus osalenute hinnang koera asjaoludele, mida peaks arvestama koera kaasava sekkumise rakendamisel

Küsimusega „Mida peaks arvestama koera kaasava sekkumise rakendamisel?“ soovis autor saada vastajalt sisendit selle kohta, mida vastaja peab kõige olulisemaks koera kaasava sekkumise rakendamisel. Tervelt 92% vastanutest (ehk 36 sotsiaaltöötajat) olid seisukohal, et kaasataval koeral peab olema terve ja ta peab olema koolitatud vastavalt sihtrühma vajadustele. See on tõene väide, kuna koera tervis ja koolitus on oluline, et tagada tõhus ja turvaline kaasav sekkumine. See näitab, et isegi kui koera kaasava sekkumise kontseptsioon pole kõigile täielikult tuttav, on teadlikkus ohutusnõuetest ja professionaalsetest standarditest siiski kõrge. Selline suhtumine on positiivne kuna see näitab, et sotsiaaltöötajad väärtustavad klientide turvalisust ja meetodika tõhusust. Kaks vastanut arvas, et koera kaasav sekkumine sobib igasugustes olukordades ja kõikide klientidega. Selline väide on aga ekslik, kuna koera kaasamine ei pruugi olla võimalik teatud terviseprobleemide, näiteks allergiate tõttu. Üks vastaja pidas õigeks, et koera võib tööle tuua ilma eelneva ettevalmistuseta, kuna koer on loomult teraapiiline. Autori hinnangul tuleks sellist koera kaasavat sekkumist siiski vältida, sest loomad, sealhulgas koerad, võivad omada terapeutilisi omadusi, aga selleks peab koer olema enne kaasavat sekkumist korralikult ettevalmistatud ja koolitatud. Ettenägematud olukorrad võivad vajada koeralt kindlaid käitumisvõtteid, et tagada kliendi heaolu ning vältida võimalikke riske või kahju.

Ettevalmistamata koer ei pruugi osata kohanduda uue keskkonna või ootamatute situatsioonidega. Autori hinnangul on siiski positiivne, et vastajate seas sellist rakenduspraktikat nii vähe toetati.

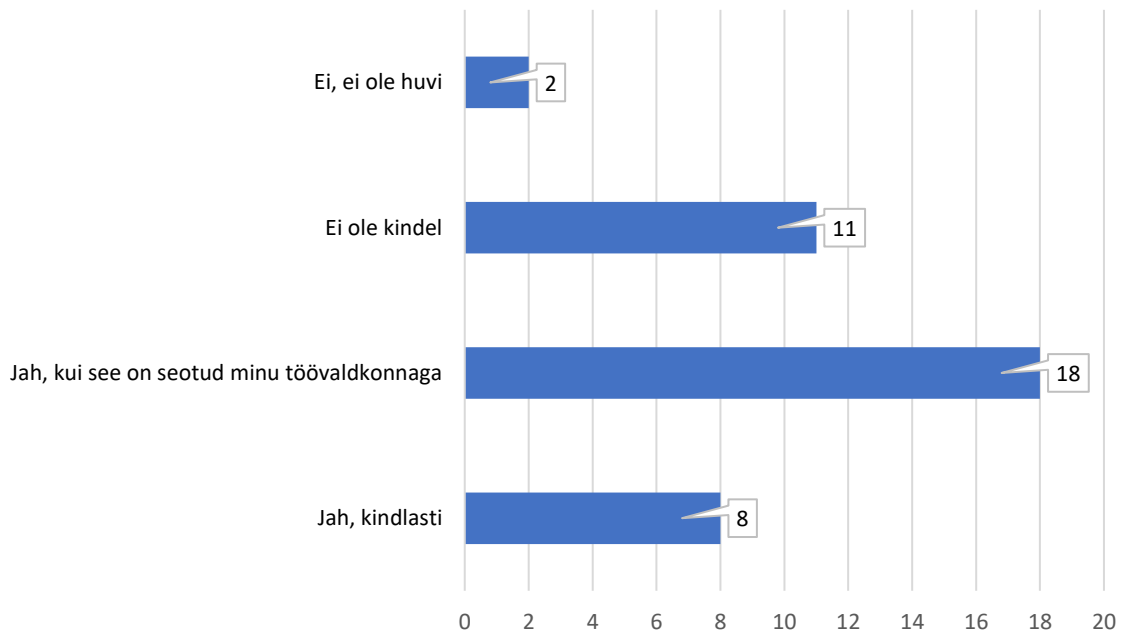


Joonis 16. Uuringus osalenute hinnang koera kaasava sekkumise võimalikele ohtudele

Küsimusega „Millised on koera kaasava sekkumise võimalikud ohud?“ soovis autor mõista, milliseid ohutegureid vastaja arvates võiks sellisel sekkumisel eksisteerida. Koera kaasava sekkumise võimalike ohtude hindamiseks esitati küsimustiku vastajatele küsimus, milliseid riske nad selle meetodiga seostavad. Selle eesmärk oli selgitada välja, kas vastajad on teadlikud võimalikest ohtudest, kuna teadlikus võimaldab riske ennetada ja minimeerida. Vastustest selgus, et 26 vastajat (2/3 vastanuist) pidasid peamiseks ohuks klientide hirmu või traumad seoses koertega. 24 vastajat (62% vastanuist) tõid esile allergiad ja hügieeniriskid. 20 vastajat (51% vastanuist) nimetasid koera stressi ja ülekoormust. Lisaks 26 vastajat (jällegi 2/3 vastanutest) valisid vastusevariandi kõik eelnevad, mis viitab sellele, et nad näevad riske mitmetasandiliselt.

Koera kaasava sekkumise võimalike ohtude analüüs näitab, et suur osa vastajatest tajub riske mitmetasandiliselt. Seega esimeseks ohuks peetakse hirmu koertega seoses, terviseriskid inimesele ja siis koerale. 6 vastajat valisid kõik eelnevad, ning lisaks valisid ka mõne neist ohtudest eraldi, mis viitab sellele, et nad pidasid teatud riske eriti oluliseks. Üks vastaja pidas vajalikuks lisada täiendavaid riske, nagu nakkusoht ning võimalik trauma koerale võõras keskkonnas ja võõraste inimestega.

Kuigi teatavate riskide (nagu trauma) täielikku vältimist pole alati võimalik garanteerida, on koera kaasava sekkumise protsessis oluline, et koerad oleksid saanud piisava ettevalmistuse erinevate töökeskkondade ja olukordadega toimetulekuks. Kokkuvõttes võib järeldada, et enamik vastajaid on teadlikud koera kaasava sekkumisega kaasnevatest võimalikest ohtudest, kuid nende tajumine varieerub. Mõned vastajad käsitlevad neid ohte komplekselt ja süsteemselt, samas kui teised keskenduvad konkreetsetele riskidele, mis põhinevad nende isiklikul kogemusel või teadlikkusel.



Joonis 17. Uuringus osalenute hinnang täiendava koolituse vajadusele

Küsimusega „Kas sooviksite saada täiendavat koolitust koera kaasava sekkumise kohta?“ soovis autor teada sotsiaalvaldkonna töötajate huvi koera kaasava sekkumisega seotud täiendava õppimise vastu. Analüüsi tulemusel saab väita, et sotsiaaltöötajad tunnevad vajadust saada täiendavat koolitust koera kaasava sekkumise valdkonnas, et omandada põhjalikum arusaam selle valdkonna võimalustest ja piirangutest. Kokkuvõttes on 26 vastajat (2/3 vastanutest) huvitatud end koolitama koera kaasava sekkumise valdkonnas. Nendest 8 on valmis koolitust läbima kindlalt, samas kui 18 on valmis seda tegema juhul, kui koolitus on seotud nende töövaldkonnaga. Ülejäänud vastajatest 11 ei ole kindlad ja 2 ei tunne huvi antud koolituse vastu. Need tulemused viitavad sellele, et koera kaasava sekkumise koolituste vastu on suur huvi, mis võib anda sotsiaaltöötajatele vajalikud oskused ja teadmised selle meetodi tõhusaks rakendamiseks oma igapäevatöös.

KOKKUVÕTE

Tänapäeva ühiskonnas kogevad paljud inimesed stressi, ärevust ja üksildustunnet. Uuringud ja kogemuslikud tähelepanekud on näidanud, et koertega suhtlemine ning nende kaasamine toetavatesse protsessidesse võib aidata neid negatiivseid seisundeid leevendada. Seetõttu on märgata kasvavat trendi koerte kaasamisel erinevatesse töövaldkondadesse, sh sotsiaaltöösse. See areng oligi ajendiks käesoleva lõputöö teema valikul – „Koera kaasava sekkumise teadlikkuse tõstmine sotsiaaltöös Lääne-Virumaa näitel“. Lõputöö eesmärgiks oli uurida sotsiaalvaldkonna töötajate teadlikust koera kaasavast sekkumisest ja nende valmisolekut selle meetodika rakendamiseks sotsiaaltöösse.

Koera kaasavast sekkumise tähenduse ja teoreetilise tausta avamiseks analüüsis töö autor erinevaid kirjallikke allikaid. Uurimistöö käigus selgus, et 2025. aasta seisuga on Eestis selle teema käsitlemisel kättesaadavus piiratud – vabalt ligipääsetavad kirjallikud allikad looma või koera kaasava sekkumise kohta Eesti raamatukogudes puuduvad. Ainsaks leitud teoseks oli Audrey H. Fine poolt toimetatud „Handbook on animal-assisted therapy: foundations and guidelines for animal-assisted therapy“, kuid Eesti raamatukogudes puuduvad selle kõige ajakohasemad väljaanded. Allikabaasi laiendamiseks kasutas autor internetis leiduvat elektroonilist raamatukogu Perlego, mille kaudu oli võimalik tutvuda valdkonna inglise keelsete erialaste teostega. Lisaks otsiti asjakohasid teadusartikleid ja teemaga seotud allikaid EBSCOhost-i, Google Scholar-i ja üldise internetipõhise otsingu abil. Koera kaasava sekkumise analüüsimisel ilmnis tugev seos kiindumusteooriaga. Mitmed allikad seostasid nimetatud teoreetilise lähenemise loomade kaasamise praktikatega, mistõttu pidas autor oluliseks lõputöös käsitleda koera kaasavat sekkumist läbi kiindumusteooria.

Koera tööülesannetesse kaasamiseks tuleb läbida vastav ettevalmistus ning sooritada teraapiakoera ja koerajuhi eksam. Eestis on selleks hetkel ainus võimalus Eesti Abi- ja Teraapiakoerte Ühingu kaudu, kellel on vastav kvalifikatsioon ja õigus väljastada diplomeid koos rahvusvahelise sertifikaadiga. Lõputöö koostamisel kasutati ühingu kodulehel avaldatud teavet teraapiakoerale ja koerajuhile kehtivate nõuete kohta, mida käsitleti töö teoreetilises osas. Mõistmaks paremini, kuidas on võimalik koeri erinevates keskkondades tööalaselt kaasata, käsitles autor valikut praktilisi näiteid Eesti kontekstist. Kuigi koerte kaasamine sotsiaaltöös on Eestis veel võrdlemisi vähe levinud, leidis siiski mitmeid positiivseid eeskujusid ja algatusi. Lõputöö alguses anti ülevaade koera kaasava sekkumise olemusest ja tähendusest, samuti käsitleti teemat kiindumusteoori valguses ning kirjeldati teraapiakoerale ja koerajuhile esitatavaid nõudeid. Nimetatud teooria põhjal koostati empiirilise uuringu küsimustik, mille eesmärk oli uurida Lääne-Virumaa sotsiaalvaldkonna töötajate teadlikkust koera kaasavast sekkumisest ning nende huvi selle rakendamise suhtes oma tööpraktikas.

Lõputöö raames tehtud uuringu põhjal on üle poolte sotsiaaltöötajatest on teadlikud koera kaasava sekkumise kontseptsioonist, kuid vaid üks neist on seda oma töös rakendanud. Peamiseks takistuseks on väljatoodud pädevuse puudumine, mis viitab vajadusele täiendkoolituste järele. Alla poolte uuringu osalejatest on koera kaasavat sekkumist praktikas näinud. Üle poolte vastanutest defineerisid koera kaasavat sekkumist korrektselt, rõhutades, et see on sihipärane ja juhendatud tegevus, mitte pelgalt koera kohalolu töökeskkonnas. Samuti peeti oluliseks, et nii koer kui ka tema juht oleksid vastavalt koolitatud. Uuring näitas, et kuigi arusaam koera kaasavast sekkumisest on üsna hea, on praktilised kogemused vähesed. Enamik sotsiaaltöötajaid näeb selles suurt potentsiaali.

Huvi selle sekkumisviisi vastu on märkimisväärne – 39st 26 spetsialisti väljendasid soovi seda oma töös kasutada, kuid töid esile vajaduse täiendava väljaõppe ja juhendmaterjalide järele. Koera kaasava sekkumise potentsiaalseteks rakendusvaldkondadeks toodi välja eakate hooldus, vaimse tervise toetamine ja lastega töötamine. Lisaks on teadusuuringud näidanud, et koera kaasamisel võib olla mitmeid positiivseid mõjusid, sealhulgas stressi ja ärevuse vähenemine, emotsionaalse heaolu paranemine ning sotsiaalsete oskuste areng.

Kokkuvõttes viitavad tulemused sellele, et koera kaasav sekkumine omab suurt potentsiaali sotsiaaltöös. Edasised uuringud ja praktilised algatused võiksid keskenduda sellele, kuidas seda sekkumisvormi tõhusamalt rakendada ning milliseid meetmeid on vaja, et suurendada sotsiaaltöötajate pädevust ja kindlustunnet selle meetodi kasutamisel.

Lõputöös järeldame, et uuringute kohaselt on sotsiaaltöötajate teadlikkus koera kaasavast sekkumisest olemas, kuid praktiline kogemus on vähene. Huvi meetodi vastu on märkimisväärne, kuid vajatakse täiendavat koolitust ja juhendmaterjale. Koera kaasaval sekkumisel on suur potentsiaal sotsiaaltöös, eriti eakate hoolekandes, vaimse tervise toetamisel ja töös lastega.

Töö tulemused viitavad vajadusele süsteemsema koolituse ja juhendmaterjalide järele koera kaasava sekkumise tõhusaks rakendamiseks sotsiaaltöös. Edasised uuringud ja praktilised algatused võiksid keskenduda sellele, kuidas seda sekkumisvormi tõhusamalt rakendada ning kuidas suurendada sotsiaaltöötajate pädevust ja kindlustunnet selle meetodi kasutamisel. Töö käigus ilmnes ka vajadus eestikeelsete materjalide järele koera kaasava sekkumise teemal.

SUMMARY

“Raising Awareness of Dog-Assisted Intervention in Social Work: The Case of Lääne-Virumaa”

This thesis examines the awareness of dog-assisted interventions among social workers in Lääne-Virumaa, Estonia, and their preparedness to incorporate such interventions into their professional practice. The relevance of this research is underscored by the widespread prevalence of stress, anxiety, and loneliness in contemporary society – issues that have been shown to be alleviated through human-animal interaction, particularly with dogs. As a result, there is a growing trend towards integrating dogs into various professional settings, including in the field of social work.

The first section of the thesis presents a theoretical overview of the integration of dogs into social work in Estonia, exploring its potential benefits and its theoretical grounding in attachment theory. It examines the historical development of dog-assisted interventions and examines various forms of animal-assisted practices, including therapy, education, activities and counselling. Additionally, this section outlines the requirements for therapy dogs and their handlers in Estonia, discusses the impact of dog therapy on humans, and provides examples of how such interventions have been used in Estonia.

The second part of the thesis presents a quantitative survey conducted among social workers in Lääne-Virumaa. The primary aim of the study was to assess social workers’ awareness of dog-assisted intervention, and their willingness incorporate such practices into their professional activities. To achieve this aim, several objectives were established: to provide a comprehensive overview of dog-assisted intervention, to interpret its relevance through the lens of attachment theory, to outline the requirements for therapy dogs and their handlers, to analyse the level of awareness among social workers, and to explore various possibilities for integrating dogs into social work practice.

The survey results revealed that more than half of the respondents (24 respondents) were aware of dog-assisted intervention but had not personally implemented it in their practice. Fourteen respondents indicated that they had not heard of the concept, while only one respondent reported direct experience with its use. A majority (26 respondents) accurately defined dog-assisted intervention as a structured and guided activity designed to achieve a specific goal. Furthermore, all participants (39 respondents) identified dog-assisted activities and educational settings as falling within the scope of such interventions, and most (34 respondents) also recognised dog-assisted therapy as part of this domain. Respondents generally demonstrated an understanding that integrating a dog into social work practice necessitates a comprehensive assessment process, including the evaluation of the dog’s and handler’s suitability, appropriate training, handler qualifications, and the dog's health. All respondents agreed that that dog-

assisted intervention could be effectively applied in elderly care, while a substantial number also saw its relevance in mental health promotion (38 respondents) and in work with children and youth (35 respondents).

The majority of participants (26 respondents) expressed an interest in incorporating dogs in their daily professional practice – either definitively (8 respondents) or in specific situations (18 respondents). The most commonly identified benefits of dog-assisted intervention were the reduction of stress and anxiety (reported by 37 respondents) and the promotion of physical and emotional well-being (34 respondents). A substantial portion of participants (33 respondents) evaluated the impact of dog involvement on clients' mental health and emotional well-being as positive. Respondents perceived dog-assisted interventions as particularly effective in alleviating loneliness (36 respondents) and reducing stress and anxiety (35 respondents). Key considerations for successful implementation included ensuring the dog's health and providing training that is tailored to the needs of specific target groups (36 respondents). The primary concerns identified were clients' potential fear or trauma related to dogs (26 respondents), allergies and hygiene-related issues (24 respondents), and the risk of stress or overwork of the dogs themselves (20 respondents). A significant number of respondents (26 participants) also expressed interest in receiving further training in the field of dog-assisted intervention.

Conclusions: The findings of the study indicate that while social workers in Lääne-Virumaa possess a general awareness of dog-assisted interventions, their practical experience with such methods remains limited. Nevertheless, there is a marked interest among professionals in adopting this approach within their practice. The results underscore the necessity for targeted training and the development of comprehensive guidance materials to support implementation. Dog-assisted intervention demonstrates significant potential in the field of social work, particularly in areas such as elderly care, mental health support, and work with children and youth.

Proposals: Based on the study results, there is a clear need to establish systematic training programs and evidence-based guidelines to facilitate the effective integration of dog-assisted interventions into social work. Future research and practice-oriented initiatives should explore how to optimise the application of these interventions and enhance social workers' competence and confidence in their use. Additionally, the lack of accessible resources in Estonian language points to the need for development of localized educational and informational materials on this topic.

VIIDATUD ALLIKAD

- Association, A. V. (2025). *Animal-assisted interventions: Definitions* | American Veterinary Medical Association. Kasutamise kuupäev: 06. 04 2025. a., allikas American Veterinary Medical Association: <https://www.avma.org/resources-tools/avma-policies/animal-assisted-interventions-definitions>
- Browe, A. (21. 04 2014. a.). *From the Archives: Red Cross Dogs*. Allikas: AmericanRedCross: <https://redcrosschat.org/2014/04/21/from-the-archives-red-cross-dogs/>
- Chandler, C. K. (2024). *Animal-Assisted Therapy in Counseling*. New York. doi:<https://doi.org/10.4324/9781003260448>
- Cherry, K. (12. 09 2023. a.). *Biography of Psychologist John Bowlby*. Allikas: verywell mind: <https://www.verywellmind.com/john-bowlby-biography-1907-1990-2795514>
- Cherry, K. (25. 01 2025. a.). *What Is Attachment Theory?* Allikas: verywell mind: <https://www.verywellmind.com/what-is-attachment-theory-2795337>
- Dogs of war: first aiders on four legs*. (01. 03 2021. a.). Allikas: BritishRedCross: <https://www.redcross.org.uk/stories/our-movement/our-history/first-aiders-on-four-legs>
- Erakool, T. (19. 01 2025. a.). *Eripära*. Allikas: Tartu Erakool : <https://tartuerakool.ee/eripara/>
- Grimm, D. (16. 11 2017. a.). *These may be the world's first images of dogs—and they're wearing leashes*. Allikas: Science: <https://www.science.org/content/article/these-may-be-world-s-first-images-dogs-and-they-re-wearing-leashes>
- Jegatheesan, B., & Keiko, Y. (2014). *IAHAIO VALGE RAAMAT*. (L. Kivimäe, Tõlk.) Allikas: https://iahaio.org/wp/wp-content/uploads/2021/01/final-iahaio-white-paper-2018-estonian_final-1.pdf
- Lagerspetz, M. (2017). *ÜHISKONNA UURIMISE MEETODID*. Tallinn: TLÜ Kirjastus.
- Levinson, B. M. (1962). The Dog as a "Co-therapist". *Mental Hygiene*, 59-65.
- Lewis, H., & Grigg, R. (2023). *Dogs in Schools* (Kd-d The Human-Dog Bond in Historical Context). New York: Routledge. doi:<https://doi.org/10.4324/9781003257073>
- Lewis, H., Grigg, R., & Knight, C. (2022). *"An International Survey of Animals in Schools: Exploring What Sorts of Schools Involve What Sorts of Animals, and Educators' Rationales*

- for *These Practices*,". Kasutamise kuupäev: 14. 02 2025. a., allikas IAHAIO:
<https://docs.lib.purdue.edu/paij/vol5/iss1/15/>
- Loomateraapiakeskus, E. L.-j. (10. 08 2024. a.). *Psühholoogiline töö millesse on kaasatud loomad*. Allikas: Eesti Loodus- ja Loomateraapiakeskus:
<http://loomateraapiakeskus.ee/psuehholoogiline-toeoe-millesse-on-kaasatud-loomad>
- Lugemiskoer. (19. 01 2025. a.). *Lugemiskoer.ee | Esileht*. Allikas: Lugemiskoer:
<https://lugemiskoer.ee/>
- Mandriota, M. (13. 10 2021. a.). *4 Types of Attachment: What's Your Style?* Allikas: Psych Central: <https://psychcentral.com/health/4-attachment-styles-in-relationships>
- McConkey, M. (2022). Humane Animals: Moral Treatment and the Non-Human at York Retreat. *Literature and Medicine*, 40(2), 269-294. doi: <https://dx.doi.org/10.1353/lm.2022.0028>.
- Mölder, M.-L. (2017). Koera kaasav rahustab, motiveerib. *SINUGA KEVAD*, 36-38. Allikas: https://www.epikoda.ee/wp-content/uploads/2017/07/Sinuga-kevad-2017_LK36-38.pdf
- Oidermaa, T. (20. 02 2023. a.). *Valminud on Eesti inimarengu aruanne 2023: vaimne tervis ja heaolu*. Allikas: TALLINNA ÜLIKOOL Ühiskonnateaduste instituud: <https://www.tlu.ee/yti/uudised/valminud-eesti-inimarengu-aruanne-2023-vaimne-tervis-ja-heaolu>
- Õunapuu, L. (2014). *Kvalitatiivne ja kvantitatiivne uurimisviis sotsiaalteadustes*. Tartu: Tartu Ülikool.
- Raje, K., Ojha, S., E, L., Muwel, N., Choudhary, S., & Gupta, M. (2018). Animal-Assisted Therapy: Role of Animals as a Therapeutic. *Research & Reviews: Journal of Dairy Science and Technology*, 18-21. Allikas: <https://sciencejournals.stmjournals.in/index.php/RRJoDST/article/view/820>
- Suba, L. (04. 07 2016. a.). *Hooldusravikliiniku patsiente külastab teraapiakoer Suzi*. Allikas: Lääne-Tallinna Keskhaigla: <https://www.keskhaigla.ee/hooldusravikliiniku-patsiente-kulastab-teraapiakoer-suzi/>
- Tamm, G. (2021). „Käpp ja Käsi“ programmiga sarnased loomi kaasavad sekkumised ja. *MTÜ Käpp ja Käsi, Tartu*. Allikas: https://datadoi.ee/bitstream/handle/33/333/K%C3%A4pp%20ja%20k%C3%A4si%20anal%C3%BC%C3%BCs_GTfinal.pdf?sequence=1&isAllowed=y#page12

Ühing, E. A.-j. (14. 01 2024. a.). *teraapiakoer*. Allikas: Eesti Abi- ja Teraapiakoerte Ühing:
<https://teraapiakoer.ee/teraapiakoeratiimi-eksami-reeglid-ja-kirjeldus/>

Zilcha-Mano, S., Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (11 2011. a.). Pet in the therapy room: An attachment perspective on Animal-Assisted Therapy. *Journal of Research in Personality*, 541-561. doi:<https://doi.org/10.1080/14616734.2011.608987>

LISA

Lisa 1. Küsimustik

Koera kaasava sekkumise teadlikkus sotsiaaltöös

Lugupeetud vastaja!

Minu nimi on Johanna Luts. Olen üliõpilane Tallinna Tehnikakõrgkoolis sotsiaaltöö erialal. Käesoleva küsitluse eesmärk on arusaada koera kaasava sekkumise teadlikkusest sotsiaaltöös.

Küsitluse täitmine võtab aega 10 minutit ja kõik vastused on anonüümsed.

Täname teid osalemise eest!

1. Mis valdkonnas Te töötate?
 - Laste ja perede sotsiaaltöö
 - Eakate hooldus ja tugi
 - Erivajadustega inimeste tugi
 - Vaimse tervise valdkond
 - Muu
2. Kui kaua olete antud alal töötanud?
 - Alla 1 aasta
 - 1–5 aastat
 - 6–10 aastat
 - Üle 10 aasta
3. Kas olete varem kuulnud koera kaasavast sekkumisest sotsiaaltöös?
 - Jah, olen kuulnud ja kasutanud
 - Jah, olen kuulnud, kuid pole kasutanud
 - Ei ole kuulnud
4. Kas olete oma töös kasutanud koera või koeri? *
 - Jah, regulaarselt
 - Jah, aeg-ajalt
 - Ei, kuid oleksin huvitatud
 - Ei, ma pole huvitatud
5. Kas olete ise olnud tunnistajaks koera kaasavale sekkumisele? *
 - Jah, olen seda kasutanud oma töös
 - Jah, olen näinud, kuid ei ole kasutanud
 - Ei ole kokkupuutunud

Koera kaasav sekkumine

6. Mis on koera kaasav sekkumine?
 - Koera kasutamine teraapias, kus tegevused on struktureeritud ja juhitud kindla eesmärgi saavutamiseks
 - Koerte koolitamine teraapiakoorteks
 - Koera vaba suhtlemine inimestega, et pakkuda neile lihtsalt rõõmu
 - Loomade päästmine ja neile uue kodu leidmine
 - Ei oska vastata
7. Millised järgmistest valikutest Teie arvates kuuluvad koera kaasava sekkumise valdkonda? (Mitme valiku märkimine on võimalik)
 - Koera kaasav tegevus (nt looma külastused hooldekodudes)
 - Koera kaasav õpe (nt lugemiskoerte programm)
 - Koera kaasav teraapia (nt stressi vähendamine teraapiakoortega)
 - Koera treenimine politsei- või päästetöök
 - Koduste lemmikloomade kasvatamine
8. Milline on Teie arvates vajalik kvalifikatsioon selleks, et kaasata koera sotsiaaltöö protsessi? (Mitme valiku märkimine on võimalik)
 - Teraapiakoera ja tema juhi sobivust hindav eksam
 - Koera koolitamine kindla eriala jaoks
 - Koera juhil vastava ala kutsetunnistus või kvalifikatsioon
 - Lemmiklooma omamisest piisab
 - Koera tervislik seisund ja vaksineerimine
9. Millistes sotsiaaltöö valdkondades saab kasutada koera kaasavat sekkumist? (Valige kõik sobivad)
 - Laste ja noortega töös (nt koolikiusamise ennetus)
 - Eakate hoolekandes (nt üksildustunde leevendamine)
 - Vaimse tervise edendamisel (nt ärevuse ja stressi vähendamine)
 - Ainult veterinaaria valdkonnas
10. Kas sooviksite kasutada koeri oma igapäevatöös?
 - Jah, kindlasti
 - Jah, kuid ainult teatud olukordades
 - Ei, arvan, et see pole vajalik
 - Ei, kuna ma ei tunne end selles valdkonnas mugavalt
11. Millised on Teie arvates koera kaasava sekkumise peamised eelised sotsiaaltöös? (Valige kõik sobivad)
 - Loob positiivse ja turvalise keskkonna
 - Aitab vähendada stressi ja ärevust
 - Soodustab suhtlemist ja sotsiaalseid oskusi
 - Toetab füüsilist ja emotsionaalset heaolu

- Aitab kaasa teraapiliste eesmärkide saavutamisele
- Muu

Kogemused ja hoiakud

12. Kuidas hindate koerte kaasamise mõju klientide vaimsele ja emotsionaalsele heaolule?

- Väga positiivne mõju
- Mõõdukalt positiivne mõju
- Vähe mõju
- Ei oska öelda

13. Millistel alustel te oma hinnangut põhjendate?

- Enda kogemuse põhjal (koeri kasutades oma töös)
- Vaatleja seisukohalt (koerte mõju jälgides teiste inimeste puhul)
- Uuringute põhjal (teadusuuringud või professionaalne teave)
- Isikliku arvamuse põhjal (tunnetuse järgi)
- Muu

14. Kas Teie arvates võiks koera kaasav sekkumine olla kasulik Teie töös?

- Jah, kindlasti
- Jah, aga vajaksin rohkem teavet ja koolitust
- Ei ole kindel
- Ei, ei näe selleks vajadust
- Muu

15. Millistes olukordades võiks koerte kaasamine sotsiaaltöös olla kõige tõhusam? (Mitme valiku märkimine on võimalik)

- Stressi ja ärevuse leevendamiseks
- Üksildustunde vähendamiseks
- Füüsilise rehabilitatsiooni toetamiseks
- Kommunikatsiooni- ja sotsiaalsete oskuste arendamiseks
- Trauma või kriisiga toimetuleku toetamiseks
- Muu

16. Mida peaks arvestama koera kaasava sekkumise rakendamisel?

- Koer peab olema terve ja koolitatud sobival vastavalt sihtrühmale
- Koer võib tulla tööle ilma ettevalmistuseta, sest ta on loomult teraapiline
- Ainult koerajahi hea tahe on piisav edukaks sekkumiseks
- Koera kaasav sekkumine sobib igas olukorras ja kõikide klientidega

17. Millised on koera kaasava sekkumise võimalikud ohud?

- Allergia ja hügieeniriskid
- Klientide hirm või trauma koertega seoses
- Koera stress ja ülekoormus

- Kõik eelnevad
- Muu

Koolitusvajadus ja edasised sammud

18. Kas sooviksite saada täiendavat koolitust koera kaasava sekkumise kohta?

- Jah, kindlasti
- Jah, kui see on seotud minu töövaldkonnaga
- Ei ole kindel
- Ei, ei ole huvi
- Muu